



HUMANISTINEN  
AMMATTIKORKEAKOULU

## OPINNÄYTETYÖ

### Askelmerkit pelikeskusteluun

Opas vanhemmille ja ammattilaisille

*Jari Tanskanen*

Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma, 210 op

05/2014

[www.humak.fi](http://www.humak.fi)

**HUMANISTINEN AMMATTIKORKEAKOULU**  
**Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma**

**TIIVISTELMÄ**

<b>Työn tekijä:</b> Jari Tanskanen	<b>Sivumäärä:</b> 33 ja 33 liitesivua
<b>Työn nimi:</b> Askelmerkit pelikeskusteluun: opas vanhemmille ja ammattilaisille	
<b>Ohjaava(t) opettaja(t):</b> Kimmo Lind	
<b>Työn tilaaja ja/tai työelämäohjaaja:</b> Hyvä mieli ry/Kuopion Kriisikeskus ja Pelituki-hanke, Jarkko Kuhanen	
<b>Tiivistelmä:</b> <p>Tämä toiminnallinen opinnäytetyö antaa tietoa vanhemmille sekä ammattilaisille pelaamisesta ilmiönä ja auttaa tällä tavoin keskustelemaan pelaavan nuoren kanssa. Oppaan tarkoituksena on tarjota tietoa pelaamisesta vanhemmille ja ammattilaisille. Oppaalla haluan luoda positiivisempaa kuvaa pelaamisesta sen kohderyhmälle sillä moni vanhempi ja ammattilainen näkee pelaamisen kielteisesti. Tähän asenteeseen pyrin oppaalla vaikuttamaan, sillä mitä enemmän tietoa itsellä on pelaamisesta, niin sitä positiivisempaa sen näkee</p> <p>Opinnäytetyön tilaajana toimii Pelituki-hanke. Hankkeen tavoitteena on lisätä lasten ja nuorten ongelmalliseen pelaamiseen tarvittavan tuen, avun laatua ja saatavuutta sekä löytää kulttuurinen näkökulma nuorten ongelmalliseen pelaamiseen. Pää tavoitteena on luoda keinoja riskipelaamisen tunnistamiseen, haittojen ehkäisyyn ja ennaltaehkäisyyn sekä ongelmalliseen pelaamiseen yhteistyössä lasten, nuorten ja heitä kohtaavien aikuisten kanssa.</p> <p>Opinnäytetyötä haastattelin kahta nuorta, kahta nuorisotalon ammattilaista ja yhtä vanhempaa. Heiltä sain tietoa, mitä olisi hyvä lisätä oppaaseen, mistä he haluaisivat lisää tietoa ja mistä he hyötyisivät eniten. Haastattelun valitsin menetelmäksi, koska tunsin että opas ei tarvitse laajaa tutkimustietoa ja haastattelussa on helpompi laajentaa kysymyksiä tarvittaessa.</p> <p>Oppaasta ja opinnäytetyönraportti-osasta on hyötyä nuorisotalon alalle, sillä useat ammattilaiset näkevät pelaamisen kielteisenä. Opas auttaa kaikkia niitä, jotka työskentelevät pelaavien nuorten kanssa ja heitä jotka mahdollisesti tulevaisuudessa työskentelevät heidän kanssaan. Vastaavaa työtä ei ole tehty, samantapaisia info-oppaita on tehty mutta oman oppaani keskusteluosiot tekevät siitä uudenlaisen. Näin vanhemmilla ja ammattilaisilla on valmis pohja, kuinka avata keskustelua pelaavan nuoren kanssa. Tämän keskustelun aloituksen jälkeen keskustelu voi johtaa muuhunkin kuin pelikeskusteluun ja sen takia keskustelu niin pelaavan kuin pelaamattomankin nuoren kanssa on tärkeää.</p> <p>Peliihmisia tutkimuksia on tehty Suomessa hyvin vähän eikä ulkomailla ole vielä runsasta tietoa. Ennen kuin tutkimuksia tehdään Suomessa tai ne rantautuvat ulkomailta, on tärkeää luoda positiivisempaa kuvaa pelaamisesta ja lisätä kykyä keskustella pelaavan nuoren kanssa. Pelaavia nuoria tulee olemaan tulevaisuudessa koko ajan enemmän ja enemmän ja erityisesti sen takia opas on juuri nyt ajan hermolla.</p>	
<b>Asiasanat:</b> Digitaalinen pelaaminen, nuorisotyö, nuorisot, ongelmapelaaminen, pelikulttuuri, oppaat	

**HUMAK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES**  
**Name of the Degree Programme**

**ABSTRACT**

<b>Author:</b> Jari Tanskanen	<b>Number of Pages:</b> 33+ 33 attachment pages
<b>Title:</b> Guidesteps for game discussion: guide to parents and professionals	
<b>Supervisor(s):</b> Kimmo Lind	
<b>Subscriber and/or Mentor:</b> Hyvä mieli ry/Kriisikeskus of Kuopio and Pelituki-project, Jarkko Kuhanen	
<p><b>Abstract:</b></p> <p>This functional thesis gives information to parents and professionals about gaming as a phenomenon and helps to discuss with young who are playing. Guides function is to provide information about gaming to adults and professionals. By guide I want to create more positive image about gaming to guide's target group because many parent and professional sees gaming from negative perspective. To this attitude I seek to affect because the more you have information about gaming the more positive you will see it.</p> <p>The subscriber of thesis is Pelituki-project. Project's goal is to add children and young problematic gamings aid, the aid's quality and availability and to find cultural perspective about youngs' gaming. Main goal is to create ways to identify video game addiction, create methods to prevent disadvantages and video game addiction with cooperation of children, young and adults who face them.</p> <p>To thesis I interviewed two young, two professionals in field of youth work and one parent. From them I got information that what would be good to add to the guide, from which things they would like to get more information and which information they would get the most benefit. I choose interview as my method because I felt that guide does not need wide research and in interview it is easier to expand asked questions if needed.</p> <p>The field on youth work is going to benefit from my thesis and guide because most of the professionals sees gaming negativly. Guide helps all of them who works among young who play video games and they who possibly are going to work with them. I haven't found equivalent job than mine guide, there is similar infoguides about gaming but in my guide there is base for conversation and makes my job unique. This way parents and professionals has a ready base where to open conversation with young who is playing. This base to open conversation is important because it may lead to other topics which has nothing to do with gaming and this is why it is so important.</p> <p>There is very little research done in Finland and foreign countries about gaming. Before these research are done in Finland or they come to Finland from foreign countries, it is important develope more positive image about gaming and add ability to talk to gamers. There is going to be more and more gamers in the near future and especially for this cause this guide is important in this time.</p>	
<b>Keywords:</b> Digital playing, youth work, the youth, video game addiction, gaming culture, guides	

## Sisällysluettelo

1. JOHDANTO JA TAVOITTEET .....	5
2. TILAAJAORGANISAATIO PELITUKI-HANKE.....	6
2.1 Kohderyhmä.....	7
2.2 Oppaan tarve .....	8
3. PELAAMISEN HYÖDYT JA HAITAT .....	8
3.1 Fyysiset hyödyt ja haitat .....	8
3.2 Psyykkiset hyödyt ja haitat .....	9
3.3 Sosiaaliset hyödyt ja haitat .....	10
3.4 Tiedonhankinnan haastatteluista nousseet hyödyt ja haitat .....	11
4. TIEDONHANKINNAN HAASTATTELUT .....	13
4.1 Nuorten haastattelut .....	14
4.1.1 Pekka .....	15
4.1.2 Jukka.....	16
4.2 Vanhemman haastattelu .....	17
4.2.1 Mikko .....	17
4.3 Ammattilaisten haastattelut.....	19
4.3.1 Milla .....	20
4.3.2 Keke.....	22
4.4. Haastattelujen yhteenveto .....	23
5. PELAAMISEN ONGELMAT .....	24
6. OPINNÄYTETYÖPROSESSI.....	26
6.1 Opas ja sen sisältö.....	27
7. ARVIOINTI.....	28
7.1 Oma arviointi .....	29
7.2 Tilaajan arviointi .....	30
8. LOPUKSI .....	31
9. LÄHTEET .....	33
10. LIITTEET .....	35
Haastattelupohja nuorille .....	35
Haastattelupohja ammattilaiset .....	36
Haastattelupohja vanhemmat.....	37
Askelmerkit pelikeskusteluun: Opas vanhemmille ja ammattilaisille.....	38

## 1. JOHDANTO JA TAVOITTEET

Opinnäytetyön perusideana on antaa tietoa pelaamisesta siitä tietämättömille aikuisille. Tuotoksena opinnäytetyöstä on opas aikuisille joka auttaa avaamaan keskustelun nuoren kanssa pelaamisesta ja ymmärtämään tällä tavoin ilmiötä paremmin. Opinnäytetyön aineisto on hankittu haastattelemalla. Haastatteluissa haastattelin kahta nuorta, kahta vanhempaa ja kahta nuorisovaltuutettua ammattilaista. Haastattelujen kautta sain haastateltavilta paljon kokemuksia, joita pystyin hyödyntämään oppaaseen.

Oppaan ja opinnäytetyön tekeminen nousi työelämän tarpeesta. Pelituen tiedontuotannon raportissa (Pelituki 2014, 8-9) käy ilmi, että suurin osa ammattilaisista suhtautuu pelaamiseen negatiivisesti, 90 prosenttia kyselyyn vastanneista ammattilaisista ajattelivat, että pelit aiheuttavat riippuvuutta nuorissa. Sama luku vanhemmilla oli hieman yli 80 prosenttia. Samaisessa kyselyssä huomattiin myös, että mitä enemmän itsellä on tietoa pelaamisesta, niin sitä positiivisempaa se näyttäytyy. Jo tästä syystä oppaan tekeminen on hyödyllistä, sitä kautta saadaan vietyä pelaamisesta tietoa vanhemmille sekä ammattilaisille luoden positiivisempaa kuvaa pelaamisesta.

Mediassa harvoin puhutaan pelaamisesta positiiviseen sävyyn. Kun pelaamisesta positiivisesti tuloksia kertova tutkimus tulee, sitä harvoin huomioidaan mediassa laajemmin sillä yleinen suhtautuminen on negatiivista. Hyvänä esimerkkinä tästä on väkivaltaiset pelit. Tutkimuksia on tehty useita ja tulokset ovat ristiriitaisia, osa tutkimuksista linkittää väkivallan suoraan peleihin, osa taas sanoo että niillä ei ole yhteyttä. (Jukka O 2008)

Oppaalla haluan saada aikaan sen, että aikuinen tunnistaa paremmin pelaamiseen liittyviä tapahtumia sekä mahdollisesti ongelmia ja ymmärtää kuinka avata keskustelu nuoren kanssa ja jatkaa sitä niin, että se kantaa hedelmää. Vanhempien ymmärtämättömyydestä on monella nuorella kokemusta, niin itselläkin. Usein sähköttävät ”tärkeän” pelisession aikana vaikka monta kertaa on yrittänyt todeta että ”tätä peliä ei pysty pysäyttämään”. Tässä on vain yksi syy miksi vanhempien ymmärrystä pelaamisesta on hyvä lisätä, kaikkia pelejä ei voi lopettaa heti kun

sanotaan ruuan olevan valmista vaan siitä voisi esimerkiksi kertoa hieman aiemmin ennen kuin on ruoka-aika. Näin nuori ja vanhempi voisivat ymmärtää toisiaan paremmin eikä tarvitsisi riidellä niin usein pelaamisesta.

Haluan luoda myös pelaamisesta positiivisempaa kuvaa. Erityisesti tämä opinnäytetyö on suunnattu vanhemmille ja ammattilaisille, koska heidän suhtautuminen pelaamiseen on yleensä kriittistä. (Pelituki 2014, 8-9) Tämän asenteen muuttaminen on tärkeää osittain siitä syystä, että pelaajia tulee olemaan lähivuosina enemmän ja enemmän. Monet saattavatkin työskennellä ongelmapelaajien kanssa tulevaisuudessa ja keskustelu on huono aloittaa jos oma ajatusmaailma on lähtökohtaisesti negatiivissävytteinen pelaamista kohtaan. Esimerkiksi on hyvä ymmärtää, että pelaaminen on harvoin yksin tapahtuvaa toimintaa vaan se on hyvin sosiaalista toimintaa. Siinä ollaan hyvin usein yhteydessä joko oikeisiin kavereihin tai pelissä tavattuihin kavereihin ainakin peliin sisäänrakennetun chatin avulla. Tuomas Rappin opinnäytetyön (2013, 33-38) mukaan n. 68% kyselyyn vastanneista on saanut pelien kautta uusia ystäviä ja noin puolet näkee näitä pelikavereita myös pelien ulkopuolella. Mielestäni tämä kuvaa hyvin pelien sosiaalisuutta sillä usein peleistä saakin ystäviä, ei välttämättä sellaisia jotka siirtyvät reaali maailmaan suoraan mutta kuitenkin ystäviä joiden kanssa haluaa pelata ja olla tekemisissä.

## 2. TILAAJAORGANISAATIO PELITUKI-HANKE

Opinnäytetyöni tilaaja on Pelituki-hanke. Hankkeen tavoitteena on lisätä lasten ja nuorten ongelmalliseen pelaamiseen tarvittavan tuen, avun laatua ja saatavuutta sekä löytää kulttuurinen näkökulma nuorten ongelmalliseen pelaamiseen. Pää tavoitteena on luoda keinoja riskipelaamisen tunnistamiseen, haittojen ehkäisyyn ja ennaltaehkäisyyn sekä ongelmalliseen pelaamiseen yhteistyössä lasten, nuorten ja heitä kohtaavien aikuisten kanssa. Pelituki-hanke tuottaa tietoa nuorten pelaamisesta ja siihen liittyvistä haitoista, mutta ennen kaikkea pyrkii luomaan positiivista kuvaa pelaamisesta vallitsevan negatiivisen mielikuvan sijaan. (Pelituki 2014)

Näihin samoihin tavoitteisiin haluan pureutua oppaan kautta, erityisesti tuen, avun laatua ja saatavuutta. Työskennellessäni Pelituki-hankkeelle projektin aikana

Jyväskylässä, kuulin kuinka he saavat soittoja pelaavista nuorista ja siitä mitä heille voisi tehdä. Pelituki ei kuitenkaan tee asiakastyötä ja joutuvat ohjaamaan soittajia eteenpäin. Oppaalla haluan vaikuttaa ammattilaisiin ja vanhempiin, jotta he ymmärtäisivät millainen ilmiö pelaaminen on. Sen kanssa voi työskennellä itsekin eikä pelaavaa nuorta välttämättä tarvitse lähettää eteenpäin. Opas pyrkii luomaan positiivisempaa kuvaa pelaamisesta ja on sitä kautta hyvä linkitys Pelituen tavoitteisiin.

Pelituki-hanketta rahoittaa Raha-automaattiyhdistys ja se toimii Jyväskylässä, Kuopiossa, Varkaudessa, Mikkelissä ja Savonlinnassa ja toteutetaan vuosina 2012-2015. Eri kaupungeissa on eri painotusalueet. Jyväskylässä keskitytään kutsunta-, varusmies- ja siviilipalvelusikäisiin, Kuopiossa lastensuojeluun ja Mikkelissä, Varkaudessa ja Savonlinnassa toisen asteen opiskelijoihin ja oppilaitoksiin (Pelituki 2014.)

Opinnäytetyön ajatus lähti projektini aikana kun työskentelin Pelituki-hankkeen Jyväskylän osahankkeelle Sovatek- säätiölle. Projektiin kuului Pelituki-hankkeen väliseminaarin iltatapahtuman järjestäminen, joka pidettiin NHL14- turnauksena yhteistyössä Jyväskylän eSports – seuran kanssa. Projektin aikana sain paljon tietoa digitaalisesta pelaamisesta ja opin paljon uutta enkä halunnut heittää tätä kaikkea tietoa hukkaan vaan halusin tehdä myös opinnäytetyöni pelaamisesta. Ehdotin Pelituen Kuopion osahankkeelle opasta, joka olisi kohdennettu ammattilaisille ja vanhemmille ja auttaisi kohtaamaan pelaavaa nuorta. Samantapainen opas olikin jo suunnitteilla Kuopiossa ja pääsin sitä toteuttamaan.

## 2.1 Kohderyhmä

Opinnäytetyö tehdään niitä vanhempia ja ammattilaisia varten, joilla ei ole pelaamisesta minkäänlaista tai hyvin vähäistä tietoa. Opas auttaa avaamaan keskustelun nuoren kanssa ja saamaan kontaktia nuoreen paremmin kuin ilman tietämystä asiasta. Lopulliset vaikutukset tulevat kohdistumaan niin oppaan kohderyhmään kuin pelaaviin nuoriinkin. Toivottavasti oppaan myötä ammattilaiset kuin vanhemmatkin oppivat ymmärtämään paremmin pelaamista, miksi pelataan ja mitä se nuorelle merkitsee.

## 2.2 Oppaan tarve

Oppaan tarve nousi työelämästä Pelituki-hankkeen kautta. Pelituen tiedontuotannon raportin kautta oli huomattu, että vanhemmat ja ammattilaiset suhtautuvat pelaamiseen kriittisesti ja he halusivat lähteä parantamaan tätä vallitsevaa näkökulmaa. (Pelituki 2014, 8-9) Samaisessa raportissa huomattiin myös, että mitä enemmän henkilöllä on pelaamisesta tietoa, niin sitä positiivisempi suhtautuminen hänellä on pelaamista kohtaan. Tähän tarpeeseen opas on hyvä työkalu, sitä kautta voi jakaa helposti tietoa usealle ihmiselle ja samalla auttaa keskustelun avaamisessa pelaajan kanssa. Ammattilaiset kokivat haastatteluissa, että pelaava nuori on hyvä kohdata mieluummin keskustellen ja osoittaen oman kiinnostuksensa kuin negatiivisesti ja rajoittamalla. Rajoittaminen nähtiin keinona, mutta vasta kun ongelmaan ei ole muuta ratkaisua. Tätä keskustelunaidon tärkeyttä tuon oppaassa esiin keskustelupohjien kautta. Oppaassa on myös perustietoa pelaamisesta, jotta asiasta täysin tietämätön voisi sitä ymmärtää edes jollain tasolla.

## 3. PELAAMISEN HYÖDYT JA HAITAT

Pelaamisella on niin hyötyjä kuin haittojakin. Useimmiten haitat alkavat ilmetä vasta kun pelaaminen on runsasta toisin sanoen useita tunteja päivässä ja se on jatkuvaa. Seuraavaksi käsittelen pelaamisen fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia haittoja ja hyötyjä. Tätä kautta saan lisättyä tietoa niin itselle kuin muillekin pelaamisesta.

### 3.1 Fyysiset hyödyt ja haitat

Fyysisiä haittoja voivat esimerkiksi olla silmien väsyminen, ranne-, kyynärpää-, selkä- ja niskaoireet. (Pelituki 2014, 17.) Pitkään näyttöpäätteellä istuminen voi aiheuttaa näitä haittoja, ne eivät liity pelkästään pelaamiseen vaan myös toimistotyötä tekeville. Näitä oireita hoidetaan tauottamalla pelaamista. Yleinen sääntö pelaamiseen on 45 minuuttia pelaamista ja 15 minuutin tauko. Ranne-, kyynärpää-, selkä- ja niskaoireisiin voi auttaa parempi peliympäristö, kuten hyvä tuoli ja hiiri sekä hiirimatto. Myös jumppaaminen ja venyttely auttavat. Näillä voi tehokkaasti ehkäistä yleisimpiä ongelmia



Ylipainosta ja pelaamisen yhteydestä on tehty monia tutkimuksia. Useimmat nämä tutkimukset sanovatkin, että niillä on yhteys: pelaajat syövät enemmän ruokaillessaan ja tämän vuoksi lihovat, sillä kulutus ei ole samalla tasolla kuin energian saanti. (Chaput, Visby, Nyby, Klingenberg, Gregersen, Tremblay, Astrup & Sjodin 2011.) Nämä tulokset oli perusteltu sillä, että yhden tunnin pelaamisen jälkeen oli tarjoiltu ruoka, jolloin pelanneet nuoret söivät enemmän kuin pelaamattomat. Liikalihavuus oli perustelu sillä, että kun tämä jatkuu päivästä päivään, niin pelaajille tulee liikaa energia mikä johtaa lihavuuteen. Näin tulee käymään kuitenkin vain siinä tapauksessa jos pelaaja ei oikeasti liiku. Tunti pelaikaa on hyvin vähäinen ja sen jälkeen jää aikaa muuhunkin, kuten liikunnan harrastamiseen. Yhden syönnin aikana ei kerkeä tulla niin paljoa ylimääräistä energiaa etteikö sitä kerkeä saman päivän aikana purkamaan.

Hyödyt eivät ole tietenkään nähtävissä fyysisessä kunnossa, se ei tule paranemaan koneella istuessa. Poikkeuksena kuitenkin mainittakoon liikunnalliset pelit, kuten tanssipelit. Pelaamisella on kuitenkin muita hyötyjä, jotka vaikuttavat fyysisesti. Pelaaminen lisää tiettyjä ajattelun alueita, yksi näistä on kognitiivinen joustavuus, mikä tarkoittaa kykyä sopeuttaa ajattelua ja mahdollistaa monen asian yhtäaikaisen ajattelun (Iltalehti 2013; Oei & Patterson 2013.) Toisena hyötynä mainittakoon refleksien paraneminen (Green, Pouget & Bavelier 2010.) He raportoivat, että videopelejä voi käyttää harjoitusvälineenä, joilla parantaa reaktiota tosielämän tilanteisiin. Esimerkiksi tällaisesta refleksien paranemisesta hyöttyy todella paljon lääkärit. Samaisessa tutkimuksessa oli raportoitu, että ne kirurgit jotka pelasivat vapaa-aikanaan, suorittivat leikkauksia nopeammin kuin pelaamattomat kollegansa.

### 3.2 Psyykkiset hyödyt ja haitat

Pelaamisen psyykkisistä haitoista on keskusteltu paljon ja tutkimuksia on tehty laidasta laitaan. Tulokset tutkimusten kesken ovat ristiriitaisia: osa sanoo, että pelaaminen voi jopa auttaa masennuksesta paranemista kun taas toiset väittävät videopelien aiheuttavan masennusta. Esimerkiksi Ananya Mandal (2011) kirjoittaa artikkelissaan tutkimuksesta, jossa kerrotaan, että runsas pelaaminen, vähäiset sosiaaliset taidot ja impulsiivisuus lisäävät masennusta, levottomuutta, sosiaalisia fobioita ja heikentävän koulusuoritusta. Runsa pelaaminen tässä tapauksessa tarkoittaa 31 tunnin pelaamista viikossa. Tämä tutkimus vaikuttaa luotettavalta, sillä

31 tunnin viikkopelaaminen tarkoittaa hieman alle neljää ja puolta tuntia päivässä. Näillä tuntimäärillä uskon olevan vaikutusta niin lapsen kuin nuorenkin elämään niissä määrin, että tutkimuksen kertomat haitat voivat olla todellisia. Lasten ja nuorten tapauksessa tällaisia viikkotuntimääriä tulisi mielestäni välttää, välillä pelaaminen voi olla intensiivisempää ja välillä rauhoittua mutta pitkässä juoksussa tällaiset tuntimäärät eivät ole järkeviä. Normaalissa lapsen tai nuoren tapauksessa pelaaminen on kuitenkin helppo lopettaa. (THL 2011, 4.)

Pelaamisesta voi olla myös hyötyä mielenterveydelle. Pelaaminen voi auttaa käsittelemään ongelmia joita pitää kohdata oikeassa elämässä ja siinä sivussa parantaa masennusta. Absurdi ajatus mutta tätä varten on kehitetty peli ja sitä on tehty tutkimuksia. SPARX on kehitetty palvelemaan juuri tätä tarkoitusta varten ja sen vaikutusta masennukseen on tutkittu ja sen positiiviset vaikutukset huomattiin. SPARX vaikutti masentuneisiin nuoriin jopa paremmin kuin perinteiset psykologin istunnot. Artikkelissa puhutaan masentuneiden määrästä ja siitä kuinka moni ei pääse hoitoon. Mielestäni paras tapa hoitaa masennusta olisi keskustella psykologin tai vastaavan kanssa mutta moni ei saa tätä tilaisuutta ja heidän masennuksensa jää hoitamatta. Tämä voi olla hyvä tapa tulevaisuudessa hoitaa masennusta mutta tässäkin pelissä pitää muistaa kohtuus, en usko että se palvelee tarkoitustaan jos sitä pelataan useita tunteja päivässä. (Lien 2012)

### 3.3 Sosiaaliset hyödyt ja haitat

Pelaaminen on usein sosiaalista toimintaa. Pelejä pelataan joko kavereiden kanssa tai muiden netissä pelaavien ihmisten kanssa. Tämä vaatii pelaajalta sopeutumista peliyhteisöön ja voi samalla lisätä sosiaalisia taitoja mutta aina kannattaa muistaa kohtuus. Pelaamisen hyötyjä voi olla osallisuus ja ryhmään kuuluminen. Esimerkiksi MMO -peleissä (Massive multiplayer online game) on usein ”klaaneja”. Näihin klaaneihin voi kuulua kymmeniä tai jopa satoja ihmisiä. Klaaneissa täytyy tulla toimeen muiden pelaajien kanssa jotta sinut hyväksytään ryhmään. Yleensä tämän ryhmän kanssa tehdään yhdessä tehtäviä ja voidaan olla useinkin tekemisissä samojen ihmisten kanssa. Tätä kautta taito yhteistyöhön voi kehittyä ja samalla voi saada uusia ystäviä pelien kautta.

Monet pelit mahdollistavat eri roolien ottamisen ja tällä tavalla pelaaja voi kokeilla eri

identiteettejä. Tämä voi toimia oman identiteetin etsimisen työkaluna. Kaiken tämän lisäksi jokaisesta pelistä voi saada onnistumisen kokemuksia. Pelaaja voi itse asettaa itselleen oman tavoitteen tai pelissä voi olla jo valmiiksi tiettyjä tavoitteita mitä pitää suorittaa. Näiden onnistumisen tunteiden kautta myös itsetunto voi vahvistua. (THL 2011, 7.)

Kun pelaaminen menee yli ja aletaan puhua ongelmapelaamisesta, tuo se erilaisia ongelmia pintaan. Osa pelaajista voi alkaa eristäytyä ja tuntea että pelien maailma on parempi kuin oikea maailma. Sosiaaliset suhteet ja kanssakäymiset voivat vähentyä ja kaventua liikapelaamisen kautta. Peleissä on paljon sosiaalisuutta mutta se on erilaista kuin kasvokkain kohtaaminen enkä usko että pelissä kohtaaminen pystyy kokonaan korvaamaan oikean ihmiskontaktin. Perhesuhteet voivat huonontua riitojen kautta joiden aiheena on pelaaminen. Näiden ongelmien ennaltaehkäisyssä nuorten ja lasten tapauksessa suuren osan näyttelevät vanhemmat. On tärkeää, että vanhempi ei anna nuoren pelata koko päivää ja useina viikonpäivinä. Pelaamista on tärkeä rajoittaa jos siinä ei muuten näy minkäänlaisia loppumisen merkkejä. Jos pelaavalla nuorella on entuudestaan joitain mielenterveyden ongelmia, niin peliongelma voi kehittyä helpommin. Niin kuin kaikkein ongelmien kanssa, ne on helpompi ennaltaehkäistä kuin hoitaa jälkikäteen. (THL 2011, 7.)

Mielestäni pelaaminen on parhaimmillaan ihmisiä yhdistävää toimintaa. Tällä tarkoitan sitä, että toisilleen tuntemattomatkin ihmiset voivat pelaamisen nojalla tutustua toiseen ja saada puheenaiheita, joita ei ilman pelaamista mahdollisesti olisi. Tätä kautta on hyvä saada kontaktia ihmisiin ja jos toinen osapuoli osaa ohjata keskustelua (ammattilaiset), puhetta tulee muustakin paljon kuin pelkästään pelaamisesta, pelaaja avautuu aivan kuin huomaamattaan. Tällaista työmuotoa Suomessa ei kuitenkaan vielä ole. Esimerkiksi nuorisotiloilla on jo valmiiksi laitteet ja tilat mutta kaikilla ohjaajilla ei ole osaamista, jolloin tämä tilaisuus jää käyttämättä.

### 3.4 Tiedonhankinnan haastatteluista nousseet hyödyt ja haitat

Tiedonhankinnan haastatteluissa tuli ilmi paljon hyötyjä ja haittoja. Haastateltavat kokivat yhdeksi suurimmaksi hyödyksi pelaamisesta olevan sosiaalisuus. Joillakin nuorilla ei ole minkäänlaista sosiaalista verkostoa ja internetin nimettömyys tekee

toisiin ihmisiin tutustumisen helpommaksi. Tämä voi olla hyvä juuri niille nuorille, joilla ei ole sosiaalista verkostoa, tätä kautta saa edes jonkinlaista sosiaalista kanssakäymistä muiden ihmisten kanssa eikä erakoidu aivan tyystin.

Pelaamisen sanottiin olevan myös luovaa toimintaa. Marko Siitonen pitikin luovista pelaajista ja pelaajien luovuudesta esitelmän Pelituki-hankkeen RePlay-seminaarissa helmikuussa 2014 (Siitonen 2014.) Siitonen kertoi kuinka, pelaajat muokkaavat pelattavia pelejä, vaikka pelit ovatkin yleensä valmiiksi rakennettuja. Näitä rakennelmia voi muokata esimerkiksi modien kautta, peliä käytetään pohjana ja siitä voidaan tehdä tavallaan kokonaan uusi peli. Pelejä voi myös käyttää ”väärin”. Esimerkiksi Minecraft peli, jossa tarkoituksena on selviytyä päivästä toiseen tappamalla erilaisia hirviöistä ja loppujen lopulta päästä tappamaan pelin viimeinen vastus, lohikäärme. Eräs pelaaja on päättänyt, että hän kävelee kyseisen pelin reunalla, motivaationa on se, että kun tämä reuna on saavutettu, pelissä alkaa tapahtua kummallisia asioita. Hauskan tästä yrityksestä tekee sen, että Minecraft maailma on moninkertaisesti suurempi kuin meidän oma maailmamme. Tämä kävelyretki tulee kestämaan pitkän aikaa ja pelin tekijä Notch on myös ilmoittanut tälle pelaajalle, että matka tulee olemaan pitkä. Tällaiseen luovuuteen pelintekijät joskus luottavat ja tällaiselle konseptille on rakennettu pelikin, EVE-online. (Siitonen 2014)

Haastatteluista nousi myös esiin ongelmanratkaisutaitojen kehittyminen ja päättelykyvyn parantuminen. Tämä pitää omalla kohdallani myös paikkansa. Pidän puzzle- pelien pelaamisesta ja haluan haastaa itseäni erilaisissa tehtävissä. Tällaisia ongelmanratkaisupelejä on internet pullollaan ja jos haluaa kehittää omaa päättelykykyä näiden kautta, on se mahdollista. Se pitää aivot virkeänä eri tavalla kuin esimerkiksi matematiikan tehtävien pohtiminen, joihin on yleensä aina yksi ja sama kaava millä sen voi ratkaista. Näissä peleissä ajattelua pitää laajentaa ja katsoa tehtäviä laajemmin. Tällaisia tutkimuksia on tehty useita, jotka antavat suuntaa, että pelit todellakin parantavat ongelmanratkaisutaitoja ja parantaa oppimista (Slota 2013.) Vaikka tutkimuksia onkin tehty, niitä ei vielä osata hyödyntää esimerkiksi koulun käynnissä.

Peleissä sanottiin olevan myös opetuksia, niin kuin tarinoissa yleensä on. Näistä opetuksista lapset voivat oppia samalla tavalla kuin esimerkiksi lasten kirjoista.

opetukset peleissä. Useat pelit ovat kirjoitettu pääosin englannin kielellä. Jotta peleissä pystyisi etenemään, tehtävät pitää lukea tarkasti, että tietää minne pitää mennä jotta pelissä pystyy etenemään. Tämä lukeminen voi parantaa englannin kielen taitoja ja pelaaja voi oppia englantia pelaamisen kautta. Kielen oppiminen nimetäänkin yleisesti pelaamisen hyötyihin ja on yleisesti tiedostettu. (YLE 2011) Artikkelissa sanotaan, että ”englannin kielen professori kehottaa tunnustamaan pelien merkityksen kielitaidolle”. Mielestäni tämä on iso asia, alan professori myöntää, että on syytä tunnustaa pelien hyödyt.

Fyysisten hyötyjen kohdalla kirjoitin jo refleksien paranemisesta. Myös haastatteluista nousi refleksien paraneminen esiin mutta tämän lisäksi haastateltavat kokivat, että sorminäppäryys, silmä-käsikordinaatio ja motoriikka paranet myös pelattaessa.

Haitoiksi mainittiin aidon sosiaalisen kontaktin vähentyminen kun pelaamiseen käytetyn ajan kasvaessa. Jos nuorella ei kuitenkaan ole minkäänlaisia sosiaalisia kontakteja entuudestaan, pelien välityksellä saadut kontaktit tunnustettiin paremmaksi kuin mitättömät kontaktit. Ajan käytön kasvaessa pelatessa, pelättiin myös riippuvuuden lisääntymistä. Tähän nähtiin hyvänä välineenä rajat, niin aika kuin ikärajatkin.

#### 4. TIEDONHANKINNAN HAASTATTELUT

Haastattelu palvelee mielestäni tavoitetta kaikista parhaiten. Tavoitteenani ei ole tehdä laajaa tutkimusaineistoa vaan saada mahdollisimman laadukasta tietoa opasta ajatellen. Vaikkakin haastateltavien haaliminen vie aikaa, uskon saavani näistä haastatteluista paljon parempaa aineistoa kuin pelkällä kyselylomakkeella. Kyselylomakkeeseen ei välttämättä osaisi laittaa samoja kysymyksiä mitä kysyy haastattelussa lisäkysymyksin ja selventämällä vastauksia ei jää epäselvyyttä mitä voi tulla lomakkeessa. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 34-36)

Halusin tehdä haastatteluja kolmelle ryhmälle, nuorisoalan ammattilaiset, vanhemmat ja nuoret. Näillä kyseisille ryhmille sen takia, että opas on suunnattu erityisesti alan ammattilaisilla ja vanhemmilla, sillä he kohtaavat usein pelaavia nuoria. Ammattilaiset

haastattelin, jotta saisin tietoa millaisia kokemuksia ammattilaisilla oli pelaavista nuorista, millaisia ennakkokäsityksiä ja mitä he haluaisivat oppaan sisältävän. Tämä on tärkeää siksi, että opas tulee heidän käyttöönsä. Vanhempia haastattelin siksi, että saisin tietoa millaisia kokemuksia heillä oli pelaamiseen liittyen ja kuinka pelitilanteita hoidetaan nuoren kanssa. Esimerkiksi on rajoitettu peliaikaa ja millä tavalla. Nuoria haastattelin, jotta saisin mahdollisimman hyvän kuvan myös heidän puoleltaan. Nuorilla on paras ymmärrys siitä, mitä aikuiset eivät ymmärrä pelaamisesta ja mitä heidän olisi hyödyllistä tietää jotta kommunikointi olisi parempaa.

Haastattelujen kautta halusin saada ymmärrystä siitä, kuinka eri ryhmien jäsenet käsittelevät pelaamiseen liittyvää problematiikkaa esimerkiksi kiistatilanteita. Näitä halusin kartoittaa siksi, että nämä kiistatilanteet ovat yleensä helposti estettävissä aikuisen ja nuoren keskusteluyhteyttä parantamalla. Tässä tapauksessa se tarkoittaa aikuisen tiedon lisäämistä pelaamisesta oppaan avulla.

#### 4.1 Nuorten haastattelut

Toteutin nuorten haastattelut 2.4.2014. Haastattelin kahta nuorta, Jukkaa ja Pekkaa (nimet muutettu). Halusin kartoittaa nuorten haastatteluissa erityisesti sitä aikaa kun he olivat vielä alaikäisiä ja asuivat vanhempien luona. Tämä sen takia, että opas parantaa kommunikointia vanhempien/ ammattilaisten ja pelaavan nuoren välillä. Kummatkin nuorista ovat täysi-ikäisiä ja sen takia oli ehkä hieman hankala muistella tapahtumia, jotka olivat tapahtuneet lapsuudessa. Tällä hetkellä pelaaminen on aika vapaata toimintaa kun taas lapsuudessa sitä on rajoitettu enemmän. Eli valittaessa haastateltavia minun olisi pitänyt valita hieman nuorempia nuoria, jotta olisin saanut aineistoa varsinaiseen vanhemman ja nuoren väliseen kommunikointiin ja sen ongelmiin. Tosin kummankaan nuoren tapauksessa kommunikoinnissa ei ole suurempia ongelmia ollut. Haastattelurunko olisi voinut olla hieman selkeämpi, esimerkiksi Pekan haastattelussa tuli jonkin verran toistoa. Tätä samaista runkoa on sovellettu vanhempien ja ammattilaisten haastatteluun ja muutettu sujuvammaksi. Seuraavassa avaan Pekan ja Jukan haastatteluja.

#### 4.1.1 Pekka

Pekka aloitti pelaamisen noin 13-vuotiaana kun hänen perheeseensä hankittiin tietokone. Peli-into kesti pari vuotta kunnes kuvioihin tuli mopot ja pelaaminen saikin vähäksi aikaa jäädä. Opiskelujen myötä hän on alkanut pelata enemmän ja yhdeksi pelaamisen syyksi hän nimesikin opiskelustressin. Pelaaminen auttaa unohtamaan opiskelut ja siitä johtuvan stressin hetkeksi, jolloin pelaamisen jälkeen voi taas paremmin keskittyä koulutehtäviin.

Pekan pelaaminen ei koskaan ollut niin runsasta, että perhe olisi suhtautunut negatiivisesti pelaamiseen, se ennemminkin ajanvietteenä. Muutaman tunnin pelaamisen jälkeen hänelle tulee huono omatunto runsaasta pelaamisesta ja siirtyy tekemään jotakin muuta. Nykyään tyttöystävä ei näe peliharrastusta niin positiivisena asiana, vaan kokee, että pelaamiseen käytetyn ajan voisi käyttää mieluummin hänen kanssaan.

Hänellä ei rajoituksia ole koskaan ollut pelaamista suhteen mutta koulujutut piti hoitaa ennen pelaamista. Kiistoja vanhempien kanssa aiheesta ei ole ollut kun taas tyttöystävän kanssa on keskustelu aiheesta enemmänkin.

Pekalle kavereita ei ole tullut pelaamisen kautta vaikkakin kaveripyyntöjä on tullut muutama. Hän pelaa useimmiten yksin mutta pitää myös kavereiden kanssa pelaamisesta ja mainitsi kokoontumiset pelin äärelle isommalla porukalla.

Hänen mielestään pelaaminen nähdään negatiivissävytteisesti. Esimerkiksi kaikki hieman pyöreämmät ihmiset leimataan usein pelaajiksi vaikka tämä ei todellakaan sitä tarkoita. Hänen kaverinsa on kova urheilemaan ja kysyttäessä tämä kaveri on pelannut pelejä eli pelaaminen ei suoraan tarkoita sitä, että on ylipainoinen. Negatiivisuus tulee Pekan mielestä tietämättömyydestä

Jotain pelaamisesta on opittukin. Pekka on oppinut pelaamisesta englannin kieltä, sorminäppäryyttä ja refleksit ovat parantuneet. Haitaksi hän mainitsee sen, että välillä on helpompi tarttua ohjaimeen kun koulukirjaan.

Pekka sanoo, että pelaaminen nähdään yleensä kielteisenä. Tätä voisi parantaa positiivisemmalla näkökulmalla pelaamiseen ja laajemmilla tutkimuksilla. Tätä kautta laajempi yleisö saisi käsitystä siitä mitä pelaaminen oikeasti on.

Hän kertoi oman kokemukseen kun hän asui vielä Varkaudessa. Siellä hänen kaverinaan oli kaksi poikaa, joista kummatkin oli urheilullisia ja itse ei niinkään paljon.

Äiti osti toiselle pojista pelikoneen jotta pojalla olisi jotain tekemistä. Tämän jälkeen opiskelut ja urheilu jäi, hän jäi koukkuun pelaamiseen, ylipainoa on tullut ja hän on vieraantunut ihmisistä niin pahasti, ettei uskalla käydä enää kaupassakaan. Tämä nuori pelaa yöt ja nukkuu päivät jotta ei tarvitse tavata ihmisiä, edes omia vanhempiaan

#### 4.1.2 Jukka

Jukan peliharrastaminen alkoi aivan pienestä pitäen, hänen perheessään oli pelikone jo ennen hänen syntymää. Hän pelaa yleisimmin seikkailu ja räiskintäpelejä.

Rajoituksia Jukalla on ollut muutama lapsuudessaan. Hän sai pelata vain muutaman tunnin päivässä ja pelaaminen piti lopettaa pari tuntia ennen nukkumaanmenoa, jotta pelit eivät olisi päällimmäisenä mielessä nukkumaan mennessä. Myös useamman tunnin pelaamisen jälkeen oli sanottu, että pelaaminen piti lopettaa ja ikärajoja oli katsottu tarkasti. Nämä rajat olivat vanhemmat määränneet. Vanhemmilla oli ja on edelleen neutraali suhtautuminen pelaamiseen ja he ovat vain ihmetelleet miksi pelaaminen jaksaa kiinnostaa niin paljon, että pelien äärellä voi kuluttaa useita tunteja. Jukan tyttöystävä pelaa ja hänen suhtautumisensa aiheeseen onkin positiivinen.

Jukka sanoo, että harvemmin on ollut minkäänlaisia riitoja pelaamiseen liittyen mutta yleensä aiheena ovat olleet peliajat ja pelaamisen lopettaminen. Huoltakaan ei ole vanhemmille tullut Jukan pelaamisesta mutta pikkuveljestä on. Hänestä tulee kärtyinen ja vihainen aina kun pelaa liikaa ja tämän jälkeen vanhemmat kehottavatkin lopettaa pelaamisen vähäksi aikaa. Vakavia keskusteluja hänen kanssaan ei ole tästä aiheesta käyty mutta on kehoitettu vähentämään pelaamista.

Jukka ei ole saanut monia kavereita pelaamisen kautta, muutaman kuitenkin. Nämä ovat tulleet tiimipohjaisten räiskintäpelien kautta.

Jukka viihtyy pelien seurassa niin yksin kuin seurassakin. Jos tulee ilmi jotain muuta kiinnostavampaa tekemistä, niin hän mieluummin tekee sitä kuin pelaa. Pelaaminen on vain tehokasta ajantappoa.

Hänen mielestään yleinen mielipide on se, että pelit tekevät sekopäiseksi. Ihmiset jotka kritisovat ovat vanhempia eivätkä ymmärrä pelaamista. Vanhempia voi yrittää innostaa pelaamaan, jolloin he saisivat positiivisemmän kuvan pelaamisesta. Hän ei



kuitenkaan nähnyt tätä innostamista helpoksi.

Jukka sanoo oppineensa englannin kieltä ja hänen ongelmanratkaisutaidot ovat parantuneet pelien kautta. Yhdeksi haitaksi hän mainitsee päänsäryn.

Kaikki pelit eivät ole pahasta vaan niitäkin on moneen lähtöön. Jotkut pelit oikeasti kehittävät esimerkiksi silmä – käsikoordinaatiota

## 4.2 Vanhemman haastattelu

Sain haastateltavaksi yhden vanhemman vaikka toivoin kahta. Uskon, että tämän yhden haastattelun kautta sain hyviä aiheita, joita ammattilaisten haastattelut tukevat. Näin en välttämättä tarvitse toista vanhempaa haastateltavaksi. Hänet haastattelin 7.4. Haastattelupohjaa muokkasin nuorten haastattelupohjasta käsittelemään samoja asioita, sen takia että haastatteluja voisi jollain tavalla vertailla keskenään. Vanhempaa halusin haastatella sen takia, että saisin käsitystä millaista toimintaa kotona on pelaavien lasten tai nuorten kanssa. Halusin myös haastatella vanhempaa, jotta ymmärtäisin paremmin kuinka näitä asioita käsitellään, onko kotona minkälaisia rajoituksia pelaamista koskien ja miksi tällaiset rajoitukset on asetettu.

Vanhemmille opas on tärkeä sen takia, että he oppivat ymmärtämään paremmin pelaamista ilmiönä. Tällä hetkellä syntyy lapsia joiden vanhemmat ovat itse eläneet sillä aikakaudella kun pelaamista alkoi olla enemmän mutta hieman iäkkäämmät vanhemmat eivät ilmiöstä välttämättä tiedä. Tämän takia heille onkin hyvä avata pelaamista. Samalla on hyvä kertoa pelaamisen todellisista hyödyistä ja haitoista sekä siitä, että haittoja on helppo ennaltaehkäistä rajoittamalla peliaikaa ja katsomalla tarkemmin ikärajoja nuoren pelissä. Ei ole hyvä että lapsi pelaa päivästä toiseen useamman tunnin päivässä ja tätä näkökulmaa haluan tuoda oppaassakin esille. Mikon nimi on muutettu anonymiteetin suojaamiseksi.

### 4.2.1 Mikko

Mikolla on lapsia kaksi kappaletta 13-vuotias poika ja 16-vuotias tyttö. Kummatkin lapsista pelaavat ja perhe omistaa Nintendo Wii pelikonsolin. Pelaaminen tapahtuu

useimmiten tällä konsolilla, sillä siihen saa kytkettyä neljä pelaajaa yhtä aikaa pelaamaan ja pelejä on paljon tarjolla tälle kyseiselle konsolille. Vanhemmat ovat rajoittaneet pelaamista niin, että lapset saavat pelata tunnin päivässä. Tämän lisäksi mobiilipelejä voi pelata puoli tuntia tämän tunnin lisäksi. Rajoitukset sisältävät vain pelaamisen ja esimerkiksi sosiaalisen median käyttö ei siihen sisälly. Mikko tuntee, että kolme tuntia päivässä on ongelmallista pelaamista ja illalla pelaaminen voi olla pahasta, sillä nuoren unirytmii voi kärsiä illalla tapahtuvasta pelaamisesta.

Mikon mielestä, vanhemmat eivät ymmärrä rajoittaa pelaamista, keskellä yötä eivät nuoret voi pelata sillä koulumenestys voi kärsiä. Rajoittaminen onkin hyvä ja edullinen neuvo vanhemmille. Vanhempien pitäisi olla tietoisia siitä mitä nuori pelaa ja tätä kannattaakin kysyä nuorelta itseltään, sitä kautta saa parhaiten tietoa oman nuoren pelaamisesta.

Lapset pelaavat koska se rentouttaa, se on vapaata ajattelua ja samalla viihdyttävää toimintaa. Samalla ajatukset koulunkäynnistä voi vähäksi aikaa jättää taka-alalle. Mikko sanoo, että syömisen lähestyessä peli käsketään keskeyttää mutta aina se ei ole näin yksinkertaista vaan joskus pelaamisen lopettamista joutuu houkuttelemaan vähän pidempäänkin. Jos rajoitukset olisivat olleet aiemmin käytössä, niin peliajasta olisi voinut keskustella paremmin lapsien kanssa. Ruokatilanteissa lopettamisongelma voisi korjata Mikon mielestä sillä, että kertoo nuorelle aikaisemmin, että kohta on ruoka-aika.

Mikolle ei ole syntynyt huolta lastensa pelaamisesta. Koulumenestys on hyvä, joten huolta ei ole sen takia noussut. Pelaaminen on tietyllä tavalla myös palkinto lapsille hyvästä koulumenestyksestä.

Yksi ratkaisu jatkuvaan pelaamiseen Mikon mielestä on se, että otetaan töpseli irti seinästä. Tämä on raain ratkaisu eikä sitä välttämättä kannata harjoittaa. Muitakin keinoja on, mutta näitä keinoja valitessaan pitää käyttää omaa järkeä.

Mikon mielestä pelaaminen voi olla joillekin ongelma, sillä siihen voi kehittyä

riippuvuus. Hän uskoo nykynuorten olevan niin fiksuja että ymmärtävät tämän riskin pelaamisesta. Pelaaminen on luovaa toimintaa, kehittää motoriikkaa, sorminäppäryyttä, tietynlaiset opetukset peleissä

Pelaaminen on mukavaa ja hän pelaa itsekkin selainpelejä tietokoneella. Hän pelaa myös lasten kanssa pelikonsolia mutta hyvin vähän. Pelaamisen kautta saa aivoja virkistettyä ja tuotua vastapainoa työlle ja muulle harrastamiselle. Koululaisten pitäisi ensin hoitaa koulu ja sitten vasta sen jälkeen voi pelata. Heillä kotona tehdäänkin ensin läksyt ja sen jälkeen vasta pelataan.

#### 4.3 Ammattilaisten haastattelut

Haastattelin kahta nuorisoalan ammattilaista 28.4. Ammattilaisten haastatteluissa halusin ottaa selvää siitä, kuinka he itse näkevät pelaamiseen ja millaisiin asiakkaisiin he ovat työssään törmänneet. Keskustelua tulikin paljon ja sain ammattilaisten haastatteluista hyvää aineistoa opasta ja opinnäytetyön raporttiosuutta ajatellen. Kummatkin haastateltavat toimivat työpaikallaan ammatillisena tukihenkilönä ja tätä kautta heillä oli useampi kokemus pelaavan nuoren kanssa toimimisesta. Haastattelupohjaa ei ole paljoa muutettu vanhemman haastattelusta mutta koin, että on hyvä pitää pohjat samanlaisina. Ammatillaiset ja vanhemmat käsittelevät arkielämässään samoja asioita pelaamista koskien ja uskon, että haastatteluista saa enemmän irti tällä tavalla.

Ammattilaisten haastattelut koin tärkeäksi, sillä joillakin työpaikoilla kohdataan nuoria jatkuvasti ja pelaamisen lisääntyessä pelaajia tulee koko ajan entistä enemmän. Heille, joilla ei ole tietoa pelaamisesta ja peleistä, on hyvä jakaa tietoa oppaan välityksellä sillä pelaavan nuoren kohtaaminen voi olla hankalaa. Ammattilaisten haastatteluissa tuli kuitenkin ilmi, että haastateltavat itse eivät paljoa pelanneet mutta työn ja keskustelun kautta he ovat saaneet tietoa niin pelaamisesta kuin itse peleistäkin. Tällainen tieto koettiin hyödylliseksi ja kohtaamista helpottavaksi asiaksi. Seuraavaksi avaan hieman ammattilaisten haastatteluja. Nimet ovat muutettu anonymiteetin säilyttämiseksi.

#### 4.3.1 Milla

Millan asiakkaat ovat tällä hetkellä 9-21-vuotiaita. Muutama hänen asiakkaansa pelaa jonkin verran ja tietoa siitä mitä he pelaavat on hieman. Pelaamisesta on keskustelu nuorten kanssa ja hänellä on ollut pari asiakasta joiden pelaaminen on runsaampaa. Yhdellä asiakkaalla on ollut enemmän pelaamista ja se on ollut päivittäistä mutta nyt vähentynyt. Toisella asiakkaalla taas pelaaminen ollut myös päivittäistä muttei niin runsasta. Millalle oli noussut huoli tästä ensimmäisestä asiakkaasta, sillä pelaaminen oli päivittäistä ja vei kaiken vapaa-ajan. Huolen noustessa asiat on hoidettu keskustelemalla. Kyseinen asiakas on itsekkin ymmärtänyt, että pelaa runsaasti ja tätä kautta on saatu aikaan hyviä keskusteluja.

Milla sanoo, että itse on helppo tehdä johtopäätöksiä, siitä miksi asiakas pelaa. Esimerkkeinä hän mainitsi, että asiakas on yksinäinen ja hänellä ei ole kavereita mutta asiakkaiden itse on vaikeampi hahmottaa syitä pelaamiselleen. Vanhemmat asiakkaat ymmärtävät paremmin syitä pelaamiseen mutta nuoremmille se on vaikeampi hahmottaa mutta nuoremmille näiden syiden ymmärtäminen omaan pelaamiseen ovat vaikeampaa. Heillä ei välttämättä ole samaa käsitystä kuin ammattilaisella vaan he näkevät pelaamisen hauskana ajanvietteenä. Milla sanoo, että peliaiheista on saatu hyviä keskusteluja aikaan ja näiden keskustelujen kautta voi nuorelle itselleenkin lisätä tietoisuutta pelaamisen syistä

Milla ei näe pelaavan nuoren kohtaamista hankalaksi. Asiakkaat joiden kanssa pelaamista on käsitelty, ovat olleet jo pitempään asiakkaita joten keskustelu heidän kanssaan on ollut helppoa ja luontevaa. Monesti pelaaminen nähdään ongelmana mutta hänen oma näkemyksensä on se, että taustalla on jokin muu ongelma. Pelimaailma onkin hyvä pakokeino näiltä ongelmilta ja pahimmassa tapauksessa pelit voivat aiheuttaa riippuvuutta.

Kiistoja ei Millalla pelaamiseen liittyen ole ollut vaan ennemminkin hyviä keskusteluja. Esimerkiksi 12-vuotias tyttöasiakas on pelannut Gran Theft Auto (GTA) peliä, mikä on kielletty alaikäisiltä. Tämän asiakkaan kanssa on täytynyt tehdä rajan vetoja ja kertoa mikä peli on sopiva minkä ikäiselle lapselle tai nuorelle. Pienien lasten kohdalla K-18 pelit tuovat lapsille heille sopimattomia aihepiirejä. Esimerkiksi samainen tyttö oli tullut kysymään, että käyvätkö kaikki ilotaloissa, sillä näin voi tehdä GTA:ssa. Tätä

kautta on noussut huoli siitä, minkälaisia pelejä voi tietyn ikäiselle nuorelle antaa pelattavaksi. Toinen huolenaihe on noussut pelaamiseen käytetyn ajankäytöstä ja tällaiset tilanteet avataankin aina keskustelemalla. Milla kokee ikärajat peleissä hyväksi asiaksi, sillä niiden kautta liian nuori lapsi ei saa pelattavakseen hänelle sopimattomia pelejä vaikka ne eivät kerrokaan kaikkea pelien sisällöistä. Vanhempien olisikin Millan mielestä hyvä tietää mitä nuori pelaa ja näiden ikärajojen lisäksi hän näkee hyväksi myös aikarajoitukset pelaamista koskien.

Pelaavan nuoren kohtaamisessa auttaa, että on itse kiinnostunut asiasta. Pelaamiseen pitää suhtautua niin, ettei se ole negatiivinen asia eikä sitä kannata tuomita vaan mennään keskusteluun ja peleihin mukaan. Hän on pyytänyt asiakasta näyttämään pelejä ja osoittanut sitä kautta kiinnostuksensa. Pelaamisesta kannattaa olla kiinnostunut ihan samalla tavalla kuin muistakin harrastuksista ja yrittää keskustella nuoren kanssa siitä. Milla haluaisi lisää tietoa pelien sisällöstä ja sitä saakin netistä mutta myös asiakkailta itseltään rohkeasti kysymällä.

Pelaaminen nähdään Millan mielestä negatiivisena, siitä tulee fyysisiä vaivoja ja riippuvuutta vaikka siinä on hyötyjäkin. Yleinen keskustelu luo negatiivista näkökulmaa ja pelitutkimuksen tulokset kertovat enemmän pelaamisen haitoista kuin hyödyistä. Hänen oma suhtautuminen pelaamiseen on muuttunut työn myötä. Ennen hän näki sen negatiivisempana, yksi syyksi hän mainitsee tähän sen, että hänellä ei itsellään ollut kokemusta pelaamisesta. Asiakkaiden kanssa käytyjen keskustelujen kautta kuva on muuttunut kuitenkin positiivisemmaksi. Hänen mielestään pelaaminen voi joillekin olla harrastus ja hyvä juttu.

Pelaamisen hyötyjä ovat sosiaalisuus ja kielen oppiminen. Joissakin peleissä joutuu miettimään strategioita ja ajattelemaan ja tämä voikin kehittää ajattelua. Haitoiksi Milla mainitsee sen, että pelaamiseen voi jäädä riippuvaiseksi sekä pelaamisen fyysiset haitat, niskakivut. Unirytmiäkin voi mennä sekaisin kun pelejä pitää pelata yötä myöten ja siinä sivussa voi mennä myös ruokailurytmit sekaisin.

Tapauksia kysyttäessä hän kertoi täysi-ikäisestä tytöstä joka pelaa strategiapelejä. Tässä strategiapelissä piti tehdä yhteistyötä muiden pelaajien kanssa ja tätä kautta tyttö oli saanut paljon uusia kavereita ja tutustunut ulkomaalaisiin ihmisiin. Tyttö pelasi paljon, se vei kaiken vapaa-ajan ja ymmärsi itsekkin sen. Hän kuitenkin hoiti

kouluasiat kunnolla ja pelasi vasta niiden jälkeen. Tyttö halusi tilanteeseen apua ja sen takia pelaamisesta keskusteltiin joka tapaamisella. Peliaiheiden jälkeen keskustelu siirtyi muihin asioihin ja sitä kautta Milla sai syvemmän kontaktin nuoreen kun nuori alkoi itse kertoa esim. ihmissuhdeasioistaan.

#### 4.3.2 Keke

Keken asiakkaat ovat tällä hetkellä 9-16-vuotiaita. Aiemmin hänellä ollut niin nuorempia kuin vanhempiaakin asiakkaita. Monet hänen asiakkaista pelaavat ja se onkin jatkuva keskustelun aihe. Suosituimpia pelejä tällä hetkellä asiakkaiden keskuudessa ovat League of Legends ja Minecraft. Keken mielestä on hyvä tunnistaa suosituimpia pelejä ja niiden sisältöjä, sillä tätä kautta asiakkaan kohtaaminen on paljon helpompaa ja keskustelu on sujuvampaa. Jotkut hänen asiakkaistaan pelaavat aina kuin mahdollista ja se johtaa siihen, että koulunkäynti kärsii.

Keke on keskustellut paljon pelaamisen eri syistä ja yhtä ja ainoaa syytä ei ole olemassakaan. Hän on kuitenkin huomannut, että sosiaalisen verkoston puute heijastuu pelaamiseen. Netissä on helppo toimia nimettömänä ja sitä kautta kynnyks tutustua ihmisiin voi olla matalampi. Keken mielestä osa peleistä ovat varmasti viihdyttäviä ja houkuttelevat sen takia pelaamaan.

Joskus asiakkaan kohtaaminen voi olla hankalaa sillä asiakkaalla voi olla peli kesken eikä joutaisi sen takia lähtemään pelikoneen ääreltä. Välillä on myös tilanteita, kun asiakas ei ole lähtenyt kouluun vaan jäänyt pelaamaan kotiin. Tällaisia tilanteita pitää avata keskustellen ja kertoa asiakkaalle miksi näin ei voi tehdä ja käyttäytyä. Tarvittaessa otetaan vanhemmat mukaan ja mietitään minkälaisia rajoituksia voi tulla jos esimerkiksi koulunkäynti kärsii. Jos kehotukset eivät mene perille niin nämä rajoitukset voidaan ottaa käyttöön.

Kiistoja pelaamiseen liittyen on ollut harvoin mutta muutama on ollut. Esimerkiksi hän mainitsee kun asiakas ei suostu menemään kouluun vaan jää kotiin pelaamaan. Asiakas itse näki tilanteen niin, että miksi hän ei voi itse päättää omasta elämästään ja tehdä tällaisia päätöksiä. Tällaisista tapauksista saadaan aikaan aina mielenkiintoiset keskustelut nuoren kanssa. Tällaiset tilanteet olisi voinut välttää niin, että asiakas olisi mennyt kouluun ja pelaisi vapaa-ajallaan. Keken mielestä

pelaaminen ei saisikaan mennä muun toiminnan edelle.

Keken asiakkailla on ollut selkeitä aikarajoituksia, esimerkiksi tunnista kahteen muutamana päivänä viikossa. Hän tuntee, että aikarajat ovat olleet sekä hyvä että huono asia: pelaamisen seuraaminen on johtanut käyttämiseen. Vanhemmat haluavat tietää, että pysytäänkö aikarajojen sisällä ja harvoin ne ovat pitäneet. Pelaamisesta ei tarvitse tehdä pakollista pahaa, vaan siinä voi olla hyvääkin. Muita rajoituksia on ollut vähän mutta joskus esimerkiksi vanhemmat ovat ottaneet tietokoneen pois.

Pelaaminen parantaa Keken mielestä sosiaalisuutta, esimerkiksi ryhmäpelejä joissa tarvitaan jokaisen panosta. Jos nuorella ei ole minkäänlaisia sosiaalisia verkostoja, niin on hyvä että pelaamisen kautta saa edes jonkinlaisia sosiaalisia kontakteja. Asiakkaat puhuvat usein Skypen välityksellä kavereiden kanssa ja samalla kielitaito voi parantua. Haitoiksi hän taas mainitsee, että elämän mennessä kokonaan virtuaalimaailmaan, todellisuuden taju voi kadota. Pitkät päivät koneella aiheuttavat myös fyysisiä oireita.

Nuoren kohtaamisessa kiinnostuksen osoittaminen pelaamista kohtaan on tärkeää. Tätä kautta saa luotua keskustelua ja luotettavuutta nuorta kohtaan. Keken mielestä pelaamisessa nähdään enemmän pahaa kuin siinä onkaan, siitä puhutaan paljon ja kovaan ääneen. Itse hän ei suhtaudu niin jyrkästi. Mediassa puhutaan usein pelaamisesta ja sen sivuvaikutuksista mutta harvoin käsitellään positiivista asioita ja tätä kautta ihmisille iskostuu ajatus, että pelaaminen on pahasta.

#### 4.4. Haastattelujen yhteenveto

Niin nuoret kuin alan ammattilaisetkin näkevät, että pelaaminen nähdään yleisesti negatiivisena. Tämä voi johtua siitä, että median näkökulma on usein negatiivinen ja ihmisillä ei itsellään ole kokemusta pelaamisesta. Haastateltavat kuitenkin näkivät itse pelaamisen enemmän positiivisena kuin negatiivisena. Nuorilla tähän vaikutti oma pelaamiskokemus ja vanhempien sekä ammattilaisten näkemys oli alusta pitäen ollut positiivinen tai muuttunut esimerkiksi työn aikana nuorten kanssa tehtyjen keskustelujen kautta. Esimerkiksi Millalla oli negatiivisempi suhtautuminen pelaamiseen mutta nyt työn myötä se on kehittynyt positiivisemmaksi kun

pelaaminen on tullut tutummaksi asiakkaiden kautta.

Haastateltavat kokivat, että pelaamisessa on niin hyötyjä kuin haittojakin mutta hyötyjä käsitellään harvoin. Nämä negatiiviset asiat nähtiin enemmän runsaiden peliaikojen seurauksena kuten ongelmapelaaminen ja fyysiset ongelmat. Niin ammattilaiset kuin vanhempikin koki aikarajat tärkeiksi. Myös nuorilla oli ollut joitakin pieniä rajoituksia. Kiistoja on ollut muun muassa ruokailu- ja peliajoista, koulunkäynnistä ja pelien ikärajoista. Myös pelien ikärajat koettiin tärkeäksi. Liian nuoren pelatessa esimerkiksi K-18 pelejä, tuo se esiin liian nuorelle vielä kuulumattomia asioita. Millan esimerkissä 12-vuotias pelasi Gran Theft Auto peliä ja oli myöhemmin keskustelut nuoren kanssa ilotaloista. Mielestäni tämä kuvaa hyvin millaista sisältöä pelissä voi olla ja millä tavalla nuori siitä kiinnostuu, vaikka se ei välttämättä vielä hänen ikäiselleen kuulukaan.

Kohdatessa pelaavia nuoria kaikki kokivat kiinnostuksen osoittaminen tärkeimmäksi asiaksi. Se helpottaa nuoren kanssa kommunikointia ja keskustelusta voi nousta myös pelaamiseen liittymättömiä asioita. Tämä on mielestäni tärkeää huomioida, sillä vaikka pelaajat usein puhuvatkin peleistä, etenkin paljon pelaavat, niin voi peleistä keskustelu olla väylä muiden asioiden käsittelyyn. Mahdollisia ongelmia pitäisi käsitellä mieluiten keskustelun kautta kuin jatkuvalla rajoittamisella, se luo nuorelle luotettavuuden tuntua.

## 5. PELAAMISEN ONGELMAT

Pelaaminen ei ole vain nuorten ajanvietettä. Pelaajien keski-ikä onkin tällä hetkellä USA:ssa noin 30 vuotta, joista vain 32% on alle 18-vuotiaita ja loput ovat täysi-ikäisiä (ESA EF 2013, 2-3.) Pelaajien keski-ikä myös Suomessa on samaa luokkaa. Tämä selittyy sillä, että vaikka pelaaminen onkin ilmiönä uusi, niin pelikonsoleita ja pelejä on ollut pitkään markkinoilla. Ensimmäiset pelikonsolit julkaistiin 1972 mutta vasta 80-luvulla alkoi tulla tunnetumpia pelikonsoleita kuten SEGA, NES ja Commodore64. (Wolf 2008, 16-20).

Media esittää pelaamisen yleensä negatiivisena ajanviettotapana ja usein viitataan



ongelmapelaamiseen. Todellisuudessa ongelmapelaajia on noin 1% pelaajista mutta korkeintaan prosenttiluku on muutaman prosentin luokkaa. (Pelituki 2014, 16-17.) Ongelmallista pelaamista onkin hyvin vaikea määritellä ja siitä on useita eri versioita, esim. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL 2011, 11) määrittelee ongelmapelaamisen seuraavasti: ”Pelaaminen on ongelmallista, kun se alkaa vaikuttaa kielteisesti henkilön elämään, kuten ihmissuhteisiin, koulunkäyntiin tai terveyteen.”

Niin kuin lasten kasvatuksessa yleensäkin, pelaamisessa on tärkeä huomioida rajat. Aiemmin mainitsin tutkimuksen, jossa oli tutkittu pelaamisesta johtuvia psyykkisiä ongelmia ja yhtenä kriteerinä oli 31 tunnin pelaaminen viikossa. Lapsen ja nuoren tilanteessa pelaamista on jo ennen ongelman syntymistä helppo rajoittaa. Mitään ehdotonta rajaa pelaamiseen ja peliongelmaan ei ole ja siksi näistä kannattaakin keskustella pelaajan kanssa ja pohtia yhdessä kuinka monta tuntia esimerkiksi päivässä on järkevä peliaika. Rajoihin liittyen on myös tärkeää huomioida pelien ikärajat, ei ole hyvä että 13-vuotias pelaa vain täysi-ikäisille sallittuja pelejä. Nämä rajat harvoin on asetettu sen takia, että ne ovat haastavia vaan niiden haitallisten sisältöjen takia. Eihän vanhemmat yleensä anna lapsen katsoa K-18 elokuvaakaan ellei lapsi jo ole lähellä tätä ikää. Pelaaminen on tältä kannalta katsottuna hieman eri asia, sillä pelissä pelaaja tekee itse kaikki asiat pelihahmon kautta ja se voi vahingoittaa nuorta, jos hän ei ole valmis käsittelemään näitä pelisisältöjä.

Pelaaminen voidaan nähdä helppona kasvatuskeinona vanhempien näkökulmasta. Lapsi pelailee omia pelejään ja vanhempien ei tarvitse keksiä hänelle koko aikaa tekemistä. Jos tähän lisätään jonkinasteinen kehitysvamma tai mielenterveyden häiriö, ollaan jo lähellä ongelmapelaamista. Ollessani harjoittelussa olen nähnyt nuoren, jolla oli Aspergerin oireyhtymä. Tämän nuoren vanhemmat olivat antaneet nuoren pelata niin paljon kuin halusi ja tämä johti ongelmapelaamiseen. Vanhemmat olivat ehkä antaneet nuoren pelata sen takia, että oli paljon helpompaa antaa pelaamisen jatkua kuin se, että olisi pitänyt riidellä jotta pelaamisen saisi loppumaan. Nuorelle oli kehittynyt pelaamisesta pakko-oireisia piirteitä, tietyt asiat piti saada suoritettua päivän aikana. Tässä tapauksessa pelikoneen ottaminen pois on vaikeaa ja aiheuttaa nuorelle sekaannusta kun pelaaminen ei enää kuulukaan päiväjärjestykseen samalla tavalla kuin aiemmin ja pelaamisen tilalle pitäisikin saada jotakin muuta mieluisaa tekemistä.

Peliongelma on monella tapaa erilainen vaikkapa kun verrataan alkoholismiin. Kummatkin voivat aiheuttaa riippuvuutta mutta nyky-yhteiskunnassa tietokoneesta tai kännykästä kokonaan luopuminen on vaikeaa. Alkoholistin kuntoutuksessa tärkeä osa on luopua alkoholista kokonaan mutta peliongelman kanssa se on paljon vaikeampaa, koska tietokonetta tarvitsee moneen asiaan nykyään. Alkoholitekee suurta tuhoa elimistöön juomisen pitkittyttyä mutta pelaamisella ei suurempia haittavaikutuksia ole. Pelkästään jo tämän takia pelaajaa voi olla vaikeampi saada hoitoon. Pelaajille tarkoitettuja hoitolaitoksia on jo olemassa eripuolilla maailmaa kuten Iso-Britanniassa, USA:ssa, Kiinassa ja Kanadassa. Suomessa tällaista hoitoa ei vielä ole mutta pelaajille tarkoitettuja ryhmiä ja paikkoja on jo olemassa kuten nuorisoasiainkeskuksen pelitalo Happi Helsingissä.

## 6. OPINNÄYTETYÖPROSESSI

Opinnäytetyö sai alkunsa jo sosiaalisen vahvistamisen käytäntöjä vahvistavasta projektistani, minkä tein Pelituki-hankkeelle Jyväskylään. Silloin kuulin, että Kuopiossa on yksi Pelituen osahanke ja kiinnostuin mahdollisuudesta tehdä opinnäytetyöni sinne. Projektin aikana pohdin eri ideoita ja näistä ideoista valikoitui opas aikuisille, jotta he osaisivat kohdata pelaavan nuoren paremmin. Tämän aiheen valitsin sen takia, koska Pelituella oli jo suunnitelmassa tehdä samantapainen opas ja tätä kautta pääsin hyödyntämään jo projektissa opittua. Lisäksi yhtenä syynä aiheen valintaan oli se, että olen itse pelannut nuoruudessani jonkin verran. Tätä kautta olen itse kokenut, kuinka kaikki vanhemmat eivät ymmärrä pelaamista ja tätä kautta perheeseen syntyy riitoja mitkä olisi helposti ratkaistavissa.

Opinnäytetyön kirjoittamisen aloitin huhtikuun alussa. Samoihin aikoihin kirjoitimme yhteistyösopimuksen koulun ja työelämän edustajan Jarkko Kuhasen kanssa. Sain oppaan kanssa vapaat kädet ja päätinkin olla Kuhasen kanssa viikoittain yhteydessä, jotta oppaasta varmasti tulee sellainen kuin Pelituki haluaa. Tämä on tärkeää, sillä opas tulee käyttöön ja jakoon Pelituen kautta.

## 6.1 Opas ja sen sisältö

Oppaalla haluan jakaa yleistä tietoa pelaamisesta ja sen takia oppaan alussa olen esitellyt yleisimmät pelialustat millä pelejä pelataan. Moni aikuinen tietää mitä nuori pelaa ja kuinka paljon mutta harvemmin tarkka pelialusta ei ole tiedossa. Tämä voi johtaa siihen, että esimerkiksi peliä ostaessa ostaa pelin väärälle pelialustalle. Myös keskustelua on helpompi aloittaa, kun on hieman enemmän tietoa itse pelialustoista ja millä nimellä niitä kutsutaan.

*Peligenrejä* halusin avata sen takia, että aikuinen saa tietoa siitä minkä tyyppisiä pelejä on olemassa. Tällaisia genrelistauksia on tehty useampia ja päätin itse käyttää Suomen elektronisen urheilun seuran (SEUL) listausta ja lisätä siihen muutaman genren. En tuntenut tarpeelliseksi tehdä kokonaan omaa lajittelua, sillä se olisi ollut raskasta ja hyödytöntä sillä niitä on tehty jo valmiiksi. Käytin muutamassa genren tietojen kirjoittamisessa Wikipediaa. Tunnen, että se on luotettava ja tässä tapauksessa käypä lähde, sillä tiedän omasta kokemuksesta tiedot oikeiksi ja varsinaista teoriaa en ole käyttänyt, vain yleistä tietoa. Wikipedia oli hyvänä tukena genren kirjoittamisessa sillä kuvauksia olisi ollut todella vaikea keksiä kokonaan itse.

*Tavoitteista ja motiiveista* halusin kirjoittaa, jotta aikuiset saisivat parempaa käsitystä siitä millaisia tavoitteita pelaamiseen voi liittyä. Osa pelaajista voi olla hyvinkin kiinnittyneitä pelaamiseen, mikä ei välttämättä tarkoita ongelmapelaamista vaan sitoutumista peliryhmään.

*Pelien sosiaalisuutta* halusin avata, koska asiasta tietämätön voi nähdä pelaajan vain tietokoneruudun edessä pelaamassa näkemättä sosiaalisuutta. Useiden pelien sisällä, erityisesti MMO- pelien sisällä. Näihin peleihin voi liittyä paljonkin sosiaalisuutta, sillä usein niissä pitää toimia ryhmän jäsenenä jotta onnistuu tekemään tehtäviä. Useisiin peleihin on sisällytetty chat, jonka kautta pelaajat voivat keskustella keskenään. Tällainen sosiaalisuus on hyvin erilaista kuin kasvotusten tapahtuva näkeminen ja voi siksi jäädä aikuiselta huomaamatta.

*Hyödyt ja haitat* ovat tärkeä osa pelaamisesta luotua kuvaa. Media keskittyy usein vain haitta osioon ja tätä kautta se luo kaikille negatiivista kuvaa. On kuitenkin hyvä

huomata, että pelaamiseen harvoin liittyy haittoja sillä useimmiten se on kohtuullisuuden rajoissa. Haittoja pelaamisesta saa, jos pelaa jatkuvasti ja pitkiä aikoja. Jo aiemmin mainitussa Ananya Mandalin artikkelissa (2011) kerrotaan kuinka runsas pelaaminen liitettyä muihin ongelmiin voi lisätä psyykkisiä ongelmia. Oppaalla haluan avata sitä, että haitat tulevat vasta runsaan pelaamisen jälkeen eikä pelkoa tavallisessa tapauksessa ole.

*Ikärajoista* ja rajoista ylipäättään halusin kirjoittaa sen takia, että aikuisten on hyvä vahtia niitä ja tiedostaa että myös peleissä on ikärajat. Harvoin nämä rajat ovat asetettu turhaan ja siksi niitä olisikin syytä seurata. Tähän on Suomessakin herätty, sillä televisiosta tuli vähän aikaa sitten mainoksia, mitkä tiedottivat pelien ja elokuvien ikärajoista. Täysi-ikäisille tarkoitettu peli voi olla vahingollinen 13-vuotiaalle nuorelle. Tätä kautta voi syntyä suuriakin ongelmien nuorelle ja sen takia ikärajat ovat mielestäni maininnan arvoinen asia oppaassa. Myös rajat yleensä pelaamista ajatellen ovat tärkeitä. Aikuisten on hyvä rajoittaa pelaamista hyvän maun rajoissa, sillä todella runsaan pelaamisen kautta nuori voi pahimmassa tapauksessa syrjäytyä yhteiskunnasta.

Oppaan lopussa on vielä loppusanat, mitkä kannustavat aikuista kohtaamaan pelaavan nuoren vaikka se voisi alussa tuntuakin hankalalta. Pelaajat yleensä kertovat pelaamistaan peleistä mielellään muillekin ja tätä on hyvä käyttää hyödyksi kun aletaan keskustella nuoren kanssa.

Kuvitusta oppaassa on hyvin vähän. Jos Pelituella on halukkuutta lisätä väriä oppaaseen vaikkapa kansilehtien kautta, niin he voivat sen tehdä. Kuvituksen lisääminen olisi ollut minulle iso lisä oppaan ja raporttiosan kirjoittamiseen ja siksi jätin sen tekemättä. Tunnen myös, että vahvuuteni ovat muualla kuin kuvittamisessa.

## 7. ARVIOINTI

Seuraavissa kappaleissa arvioin opinnäytetyötäni niin omasta näkökulmastani ja kappaleeseen on liitetty myös tilaajan arviointi. Tämä on tärkeää, sillä kaikkia töitä pitää tarkastella kriittisesti, niin myös omaa opinnäytetyötä, jotta työtä ja omaa työskentelyä voisi kehittää tulevaisuudessa.

## 7.1 Oma arviointi

Mielestäni opinnäytetyöstäni tuli juuri sellainen kuin halusinkin. Olemme pitäneet tilaajan kanssa tapaamisia, joiden kautta olen saanut palautetta siitä, mitä Pelituki haluaa ja millaiseksi siellä koetaan työni milläkin hetkellä. Nämä tapaamiset olivat tärkeitä opinnäytetyö ajatellen, sillä muuten olisin ollut hukassa mitä olisi pitänyt ja kannattanut tehdä seuraavaksi.

Koen, että nuorten haastatteluja tehdessä olisin voinut olla ammattimaisempi. Nyt haastattelut menivät enemmänkin lämmitellessä ajatellen vanhemman ja ammattilaisten haastatteluja. Sain nuorten haastatteluistakin tärkeää tietoa opasta ajatellen mutta esimerkiksi haastattelupohja olisi voinut olla tarkemmin mietitty, nyt siinä tuli hieman toistoa kummankin nuoren kohdalla. Myös nuorten ikää olisi voinut tarkemmin miettiä. Kummatkin nuoret olivat täysi-ikäisiä eivätkä varsinaisesti enää vanhemman eikä ammattilaisen ohjauksen tarpeessa. Tämän takia jouduinkin haastattelemaan nuoria omien kokemusten kautta, mitä oli tapahtunut kun he olivat asuneet kotona ja kuunnelleet vanhempia, millaisia tilanteita silloin oli käynyt. Haastattelin nuoria heidän nykytilanteestakin ja se toi taas erilaista näkökulmaa opinnäytetyöhön. Nämä nuoret osasivat katsoa kokemuksia taaksepäin ja avata ne eri tavalla kuin itse tilanteessa olisivat osanneet. Tätä kautta kokemuksia muistettiin ehkä vähemmän mutta ne, jotka olivat jääneet mieleen, olivat valmiiksi pohdittuja eikä minun tarvinnut enää siihen pureutua haastatteluissa. Nuorten haastattelujen aikana jännitin paljon ja se näkyy haastatteluissa kiireenä, en tehnyt paljoa jatkokysymyksiä vaan kiiruhdin haastattelupohjaa eteenpäin.

Vanhemman ja ammattilaisten haastattelut menivät mielestäni paremmin. Osasin esittää hyviä jatkokysymyksiä ja ymmärsin paremmin, minkälaista keskustelua halusin herättää haastateltavissa. Tunnen, että näistä haastatteluista sain enemmän irti kuin nuorten haastatteluista vaikka niistäkin sain hyviä aiheita. Mielestäni on hyvä, että nuoret ensin ja sitten vasta vanhemman ja ammattilaiset, sillä nuorten kokemuksiin voin lisätä omat kokemukset aineiston täydentämiseksi.

## 7.2 Tilaajan arviointi

Tilaajan arvion on antanut Jarkko Kuhanen, joka toimi opinnäytetyöni ohjaajana. Kuhasen mukaan Pelituki-hankkeen yhtenä tavoitteena on kehittää ammattilaisten käytössä olevia työvälineitä, niin että pystyttäisiin tunnistamaan ja ennaltaehkäisemään pelaamisen haittoja. ”Kuten tässä opinnäytetyössä on tuotu esille, haittojen tunnistaminen ei aina ole yksinkertaista ja kaikkialle päteviä neuvoja on hyvin vaikeaa antaa. Haittojen määrittely, selkeitä fysiologisia haittoja lukuun ottamatta, on hyvin ristiriitaista ja hankkeen tiedontuotannonkin mukaan hyvin riippuvaista määrittelijän tietotasosta ja suhtautumisesta peleihin ja pelaamiseen. Silloin kun pelaamista ja pelien maailmaa ei tunneta kovin hyvin, sekä ammattilaiset että läheiset määrittelevät haittoja enemmän ja monesti yleisten, usein negatiivisten käsitysten pohjalta.”

Kuhanen sanoo, että tämän takia nuoret kokevat usein kohtuuttomuutta. Mitä vähemmän pelaamisesta on tietoa niin sitä ennakkoluuloisempaa pelaamisesta aiheutuvien haittojen arviointi usein onkin. Tämän takia tarvitsee luoda tietoa, ymmärrystä ja keskustelua jokaiseen arkiseen tilanteeseen, jotta nämä tilanteet eivät ajautuisi riitelyksi vanhemman tai ammattilaisen kanssa. Kuhasen mukaan näissä tilanteissa voisi olla aikuisille hyvä oppimisen ja asenteiden tuulettumisen paikka mutta tämä menee ohi riitelyn takia. Kuhasen mukaan opinnäytetyöni sopii juuri näihin tilanteisiin ja siitä mahdollisesti kehitettävät välineet lisäävät ymmärrystä sukupolvien välillä ja tätä kautta vähentää pelaamisesta lähtöisin olevia kiistatilanteita. Keskustelun onnistuessa ammattilaisen ja muun aikuisen tieto pelaamisesta sekä käsitys ja ymmärrys nuoresta lisääntyvät.

”Oppaassa tuodaan ansiokkaasti aikuisen ja nuoren väliseen keskusteluun sekä tietoa peleistä, että eri näkökulmia, joilla päästään irti ennakkoluuloista siihen mikä on totta ja mistä sekä huoli että erimielisyys nousevat. Tästä yhteisen keskustelun näkökulmasta on paljon helpompi päästä rakentaviin ratkaisuihin ja myös aikuisen vastuuseen kuuluva rajaaminen on nuorelle helpompi hyväksyä kun nuoren omat tarpeet ja tärkeät näkökulmat tulevat kuulluiksi. Oppaassa nostetaan esille myös pelaamisen hyötyjä. Näiden esille nostettujen, kielitaidon, koordinaation ja kognitiivisten mahdollisuuksien lisäksi huomaamatta jää usein se hyöty mikä rakentavasta keskustelusta nuoren kanssa on joka tapauksessa.”

”Opasta tullaan mahdollisesti muokkaamaan osaksi Pelituki-hankkeen työvälineiden kokonaisuutta, mahdollinen muokkaamisen tarve nousee vielä kehitteillä olevaan muuhun välineistöön sopeuttamisesta.” – Jarkko Kuhanen

## 8. LOPUKSI

Lopuksi haluan vielä nostaa esiin sen, että kaikissa haastatteluissani nousi esiin pelaamisen haitat ja hyödyt. Haastateltavat näkivät, että pelaaminen nähdään negatiivisempana kuin se oikeastaan onkaan ja että haitat tulee vasta paljon pelatessa. Tutkimuksia selatessani huomasin, että niitä on kahdenlaisia, toiset perustelevat hyvin pelaamisen haitat ja hyödyt kun taas toinen puoli perustelee haitat hyvin heppoisesta. Hyödyt pelaamisesta tulevat mielestäni nopeammin kuin haitat. Haastatteluissa mainittiin kielten oppiminen, erityisesti englannin, päättelykyvyn paraneminen, refleksien paraneminen ja sorminäppäryys. Näillä ei välttämättä ole suurta arvoa arkielämässä, paitsi kielten oppimisella mutta on mielestäni hyvä osoitus siitä, kuinka nämä positiiviset asiat jää mediassa huomiotta kun negatiiviset asiat saavat enemmän palstatilaa. Tämä on mielestäni harmi, sillä useilla ihmisillä ei ole tietoa pelaamisesta ja he luovat tietonsa ja oletuksensa pelaamiseen median kautta. Jos tilanne jatkuu samana, ei pelaamista tulla vähään aikaan näkemään positiivisena ilmiönä.

Tutkimuksia ja lehtiä luettaessa on tärkeä lukea niitä kriittisellä silmällä. Kuten jo mainitsin, useissa pelitutkimuksissa on vähäiset perustelut eivätkä sen takia ole välttämättä kovin luotettavia. Esimerkiksi iltapäivälehdissä kirjoitetaan välillä pelaamisesta ja sen haitoista ja nämä artikkelit perustuvatkin lähes aina johonkin tutkimukseen. Niitä lukiessani huomasin, että pelitutkimukset ovat yleensä tehty lyhyellä aikavälillä. Jatkotutkimuksia ajatellen, olisi hyvä tehdä enemmän pitkän aikavälin pelitutkimuksia. Pelaamisen vaikutuksia lapsiin ei ole tutkittu vielä laajasti, kuinka se vaikuttaa lapsen elämään vai vaikuttaako se millään tavalla. Tällaisten tutkimusten teko on tärkeää, jotta saadaan oikeaa käsitystä siitä mitä vaikutuksia pelaamisella on nuorisoon, kannattaako sitä esimerkiksi rajoittaa missä määrin, kuinka monen tunnin pelaamisen jälkeen ongelmapelaamisen riskit kasvavat ja vaikuttaako se joihinkin nuoriin enemmän kuin toisiin. Nämä ovat tärkeitä kysymyksiä

pelaamisen ymmärtämistä ajatellen ja toivonkin, että tulevaisuudessa joko Suomesta tai ulkomailta tulee laajempaa ja pidempiaikaista tutkimusta pelaamisesta kuin nyt on tarjolla.

Uskon, että tällaisen työn tekeminen on tarpeellista juuri tässä hetkessä. Kaikilla ammattilaisilla ei ole tietoa pelaamisesta ja se nähdään sen takia negatiivisena asiana. Tämän takia pelaavia nuoria ei välttämättä osata tai edes haluta käsitellä sillä he koetaan ”vaikeiksi” tapauksiksi. Ympäri Eurooppaa on avattu klinikoita parantamaan ongelmapelaajia mutta uskon, että suurin osa näistä ongelmista olisi voinut korjata, jos vanhemmat olisivat alusta alkaen tienneet pelaamisesta. Kysymykseen onko työ tarpeellista nyt vai myös lähitulevaisuudessa, uskon että saamme vastauksen kymmenen vuoden päästä. Tutkimuksia on tietysti tärkeä tehdä mutta tarkoitan tällä sitä, että tarvitseeko esimerkiksi ammattilaiset tulevaisuudessa koulutuksia, mitkä auttavat pelaavan nuoren kohtaamisessa. Vastaus on mielestäni ei tarvitse. Tämän perustelen sillä, että tänä päivänä melkein jokainen nuori pelaa ja tietää peleistä. Nämä tämän päivän nuoret ovat kymmenen vuoden päästä työelämässä tarkoittaen sitä, että tietämys pelaamisesta on jo siirtynyt heidän mukanaan työelämäänsä. Sen takia uskon, että tällaisen oppaan teko on tärkeää juuri tässä hetkessä mutta ei välttämättä enää tulevaisuudessa ole tarvetta tehdä vastaavaa opasta.



## 9. LÄHTEET

Entertainment software association (ESA) 2013; Essential facts – about the computer and video game industry

Chaput, Jean-Philippe & Visby, Trine & Nyby, Signe & Klingenberg Lars & Gregersen Nikolaj & Tremblay Angelo & Astrup Arne & Sjodin Anders 2011. Video game playing increases food intake in adolescents: a randomized crossover study. The American Journal of Clinical nutrition (93) 6/2011, 1196-1203

Green, Shawn & Pouget, Alexandre & Bavelier, Daphne 2010. Improved Probabilistic Inference as a General Learning Mechanism with Action Video Games. Science Direct (20) 17/2010 1573–1579

Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena 2010. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki; Gaudeamus University Press Oy

Iltalehti, Yllättävä hyöty tietokonepeleistä. Viitattu 1.4.2014  
[http://www.iltalehti.fi/terveys/2013083017430932\\_tr.shtml](http://www.iltalehti.fi/terveys/2013083017430932_tr.shtml)

Lien, Tracey 2012. 'SPARX': the game that treats depression. Viitattu 3.4.2014  
<http://www.polygon.com/gaming/2012/5/7/3004286/sparx-depression>

Mandal, Ananya 2011. Excessive video gaming may lead to mental ill health problems for kids, experts warn. Viitattu 3.4.2014  
<http://www.news-medical.net/news/20110117/Excessive-video-gaming-may-lead-to-mental-ill-health-problems-for-kids-experts-warn.aspx>

Oei, Adam & Patterson, Michael 2013. Enhancing Cognition with Video Games: A Multiple Game Training Study. Viitattu 1.4.2014  
<http://www.plosone.org/article/info%3Adoi%2F10.1371%2Fjournal.pone.0058546>

O, Jukka. Pelit aiheuttavat väkivaltaa vai eivätkö sittenkään? Viitattu 19.3.2014

<http://dome.fi/pelit/ajankohtaista/uusi-tutkimus-pelit-aiheuttavat-vakivaltaa-vai-eivatko-sittenkaan>

Pelituki 2014. Näkökulmia nuorten pelaamiseen: Pelituki-hankkeen tiedontuotannon raportti

Pelitukihankkeen kotisivut

<http://www.pelituki.fi>

Viitattu 19.3.2014

Rapp, Tuomas. 2013 Elämä Pelissä - Tutkimus nuorten digitaalisen pelaamisen positiivisista vaikutuksista. Humanistinen ammattikorkeakoulu.

Siitonen, Marko 2014. Johtotähtenä pelaajat - luovuus ja oma-aloitteisuus peliympäristöissä. RePlay- näkökulmia digiajan kasvatukseen, seminaari 5.2.2014

Slota, Stephen 2013. Well-designed Video Games Can Enhance Problem-Solving Skills and Make Learning More Effective. Viitattu 10.5.2014  
<http://spotlight.education.uconn.edu/2013/well-designed-video-games-can-enhance-problem-solving-skills-and-make-learning-more-effective/>

Suomen elektronisen urheilun liitto 2014. Peligenret. Viitattu 7.4.2014.  
<http://www.seul.fi/esports/peligenret/>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2011. Nuoret pelissä -Tietoa kasvattajille lasten ja nuorten digitaalisesta pelaamisesta ja rahapelaamisesta. Tampere: Juvenes Print

YLE 2011. Pojat kiilavat tyttöjen ohi englannin kielessä tietokonepelien ansiosta. Viitattu 10.5.2014  
[http://yle.fi/uutiset/pojat\\_kiilaavat\\_tyttöjen\\_ohi\\_englannin\\_kielessa\\_tietokonepelien\\_ansiosta/5450679](http://yle.fi/uutiset/pojat_kiilaavat_tyttöjen_ohi_englannin_kielessa_tietokonepelien_ansiosta/5450679)

Wolf, Mark 2008. The video game explosion. 1. painos. Westport: Greenwood Publishing Group, Inc.

## 10. LIITTEET

### **Haastattelupohja nuorille**

1. Ammatti?

2. Historia pelaajana (milloin aloittanut, mitä pelannut, alustat) ja tämänhetkinen pelaaminen

Perhe

3. Miten perhe/tyttö – tai poikaystävä suhtautuu pelaamiseen?

4. Onko jonkinlaisia rajoituksia pelaamiseen? Millaisia?

5. Onko ollut kiistoja pelaamiseen liittyen? Olisiko nämä voitu mielestäsi estää jollain tapaa?

6. Onko jotain mitä vanhemmat/ tyttö – tai poikaystävä ei ymmärrä pelaamisessa? Miten tällaiset asiat on hoidettu?

7. Onko muille syntynyt huoli pelaamisestasi? Entä itselle? Kuinka näistä asioista on keskusteltu?

Sosiaalisuus

8. Sosiaalisuus peleissä, onko tullut kavereita pelaamisen kautta?

9. Pelaatko useimmiten yksin vai kaverien kanssa?

Pelaaminen

10. Kuinka pelaaminen nähdään mielestäsi yleisesti? Miksi?

11. Miksi pelaat? Kuinka näitä motiiveja voisi tuoda paremmin esiin ja onko näistä keskusteltu läheisten kanssa?

12. Mitä hyvää pelaaminen on tuonut elämääsi? Hyötyjä ja haittoja?

13. Minkälaista tietoa pelaamisesta pitäisi mielestäsi lisätä tai tuoda enemmän esille? (Esim. media ja tutkimukset)

14. Caseja?

## Haastattelupohja ammattilaiset

1. Ammatti?
2. Minkälaisia ja minkä ikäisiä nuoria on työpaikalla?
3. Tiedätkö mitä nuoret pelaavat työpaikallasi ja kuinka paljon?
4. Onko sinulla käsitystä miksi he pelaavat?
5. Tunnetko pelaavan lapsen tai nuoren kohtaamisen hankalaksi?
6. Onko ollut kiistoja pelaamiseen liittyen? Olisiko nämä voitu mielestäsi estää jollain tapaa?
7. Onko jonkinlaisia rajoituksia pelaamiseen? Millaisia?
8. Onko sinulle syntynyt huoli lapsen tai nuoren pelaamisesta?
9. Mikä auttaisi sinua eniten pelaavan nuoren kohtaamisessa? Mitä haluaisit oppaan sisältävän?
10. Kuinka pelaaminen nähdään mielestäsi yleisesti? Miksi?
11. Miten itse suhtaudut pelaamiseen? Entä pelaatko itse?
12. Caseja?

## Haastattelupohja vanhemmat

1. Ammatti?
2. Onko sinulla lapsia?
3. Tiedätkö mitä lapsesi/nuoresi pelaa ja kuinka paljon?
4. Onko sinulla käsitystä miksi hän pelaa?
5. Tunnetko pelaavan lapsen tai nuoren kohtaamisen hankalaksi?
6. Onko ollut kiistoja pelaamiseen liittyen? Olisiko nämä voitu mielestäsi estää jollain tapaa?
7. Onko jonkinlaisia rajoituksia pelaamiseen? Millaisia?
8. Onko sinulle syntynyt huoli lapsen tai nuoren pelaamisesta?
9. Mikä auttaisi sinua eniten pelaavan nuoren kohtaamisessa? Mitä haluaisit oppaan sisältävän?
10. Kuinka pelaaminen nähdään mielestäsi yleisesti? Miksi?
11. Miten itse suhtaudut pelaamiseen? Entä pelaatko itse?
12. Caseja?



# *Askelmerkit pelikeskusteluun*

**OPAS VANHEMMILLE JA AMMATTILAISILLE**



**JARI TANSKANEN**



# ***Sisällysluettelo***

1. Johdanto.....	3
2. Millä niitä pelejä pelataan? .....	5
3. Pelejä on monenlaisia .....	6
4. Miksi pelejä pelataan?.....	11
5. Pelien sosiaalinen puoli .....	15
6. Pelaamisella on niin hyötyjä kuin haittojakin .....	17
7. Pelien ikärajat ja rajoittaminen.....	23
8. Loppusanat .....	26
9. Lähdeviitteet .....	28



## **1. Johdanto**

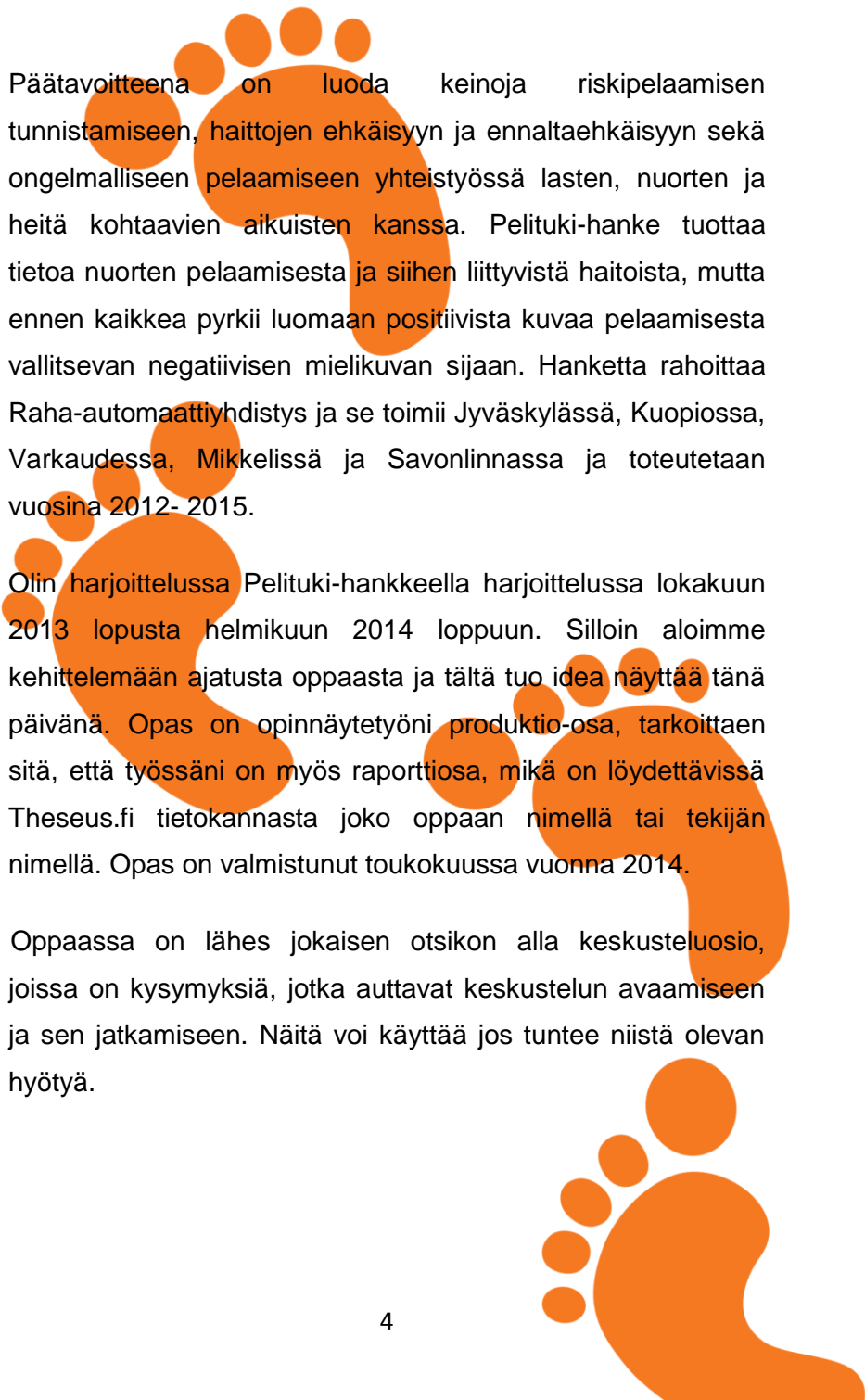
Tämä opas on tarkoitettu aikuisille, jotka toimivat pelaavien nuorten kanssa. Opas sisältää yleistä tietoa pelaamisesta ja keskustelurungon, jonka avulla on helpompi aloittaa keskustelu nuoren kanssa, jos ei itse pelaamisesta paljoa ymmärrä.

Oppaalla Pelituki haluaa saada aikaan sen, että aikuinen tunnistaa paremmin pelaamiseen liittyviä tapahtumia sekä mahdollisia ongelmia ja ymmärtää kuinka avata keskustelu nuoren kanssa ja jatkaa sitä niin, että se kantaa hedelmää.

Pelituki haluaa luoda pelaamisesta positiivisempaa kuvaa oppaan avulla. Vanhemmille ja ammattilaisille tämä opas on suunnattu sen takia, koska heidän suhtautumisensa pelaamiseen on yleensä kielteisesti.<sup>(1)</sup> Tämän asenteen muuttaminen on tärkeää siitä syystä, että pelaajia tulee olemaan lähivuosia enemmän ja enemmän. Monet saattavatkin työskennellä ongelmapelaajien kanssa tulevaisuudessa ja keskustelu on huono aloittaa jos oma ajatusmaailma on lähtökohtaisesti negatiivissävytteinen.

Oppaan tilaajana toimii Pelituki-hanke. Hankkeen tavoitteena on lisätä lasten ja nuorten ongelmalliseen pelaamiseen tarvittavan tuen, avun laatua ja saatavuutta sekä löytää kulttuurinen näkökulma nuorten ongelmalliseen pelaamiseen.





Päätavoitteena on luoda keinoja riskipelaamisen tunnistamiseen, haittojen ehkäisyyn ja ennaltaehkäisyyn sekä ongelmalliseen pelaamiseen yhteistyössä lasten, nuorten ja heitä kohtaavien aikuisten kanssa. Pelituki-hanke tuottaa tietoa nuorten pelaamisesta ja siihen liittyvistä haitoista, mutta ennen kaikkea pyrkii luomaan positiivista kuvaa pelaamisesta vallitsevan negatiivisen mielikuvan sijaan. Hanketta rahoittaa Raha-automaattiyhdistys ja se toimii Jyväskylässä, Kuopiossa, Varkaudessa, Mikkelissä ja Savonlinnassa ja toteutetaan vuosina 2012- 2015.

Olin harjoittelussa Pelituki-hankkeella harjoittelussa lokakuun 2013 lopusta helmikuun 2014 loppuun. Silloin aloimme kehittämään ajatusta oppaasta ja tältä tuo idea näyttää tänä päivänä. Opas on opinnäytetyöni produktio-osa, tarkoittaen sitä, että työssäni on myös raporttiosa, mikä on löydettävissä Theseus.fi tietokannasta joko oppaan nimellä tai tekijän nimellä. Opas on valmistunut toukokuussa vuonna 2014.

Oppaassa on lähes jokaisen otsikon alla keskusteluosio, joissa on kysymyksiä, jotka auttavat keskustelun avaamiseen ja sen jatkamiseen. Näitä voi käyttää jos tuntee niistä olevan hyötyä.

## 2. Millä niitä pelejä pelataan?

Pelaamiseen tarkoitettuja pelialustoja on monia. Onkin hyvä tunnistaa näistä muutama joten seuraavaksi listaan näistä yleisimmät ja uusimmat. Näiden lisäksi myös tietokoneella ja matkapuhelimilla voi pelata. Erityisesti älypuhelimilla pelaaminen on lisääntynyt huimasti viime aikoina.

### Pelikonsolit:

Playstation 4:



(2)

XBox One:



(3)

Wii U:



(4)

### Käsi-konsolit:

Nintendo 3DS:



Playstation Vita:



(6)

(5)

### 3. Pelejä on monenlaisia

Pelit jaotellaan pelin mukaan erilaisiin luokkiin, genreihin. Näitä luokitteluja on tehty useita. Suomen elektronisen urheilun seura jaottelee pelit seitsemään genreen. Lisänä näihin genreihin ovat roolipelit, MMO ja puzzlet, sillä ne ovat tärkeä osa peligenrejä.<sup>(2)</sup>



## *Räiskintäpelit*

Suurimmassa osassa räiskintäpeleissä pelikuva näkyy pelaajalle pelihahmon silmin. Useimmiten ideana on eliminoida vastustaja käyttäen pelin tarjoamia aseita. Aseet voivat olla mielikuvituksellisia tai realismia tavoittelevia oikeita aseita. Suosituimpia räiskintäpelejä ovat mm. Call Of Duty - ja Battlefield- sarjat. Näistä kyseisistä peleistä on tehty useita eri versioita.<sup>(2)</sup>

## *Strategiapelit*

Strategiapelien perusideana on kerätä peliareenalta saatavia resursseja joita voi käyttää rakennusten rakentamiseen ja joukkojen tuottamiseen. Nämä resurssit ovat rajallisia jolloin peliä pelatessa pitää suunnitella jopa tarkasti seuraavaa liikettä. Resurssien ollessa rajallisia niistä käydään taisteluja mihin tarvitaan sotajoukkoja. Strategiapelihin lukeutuvat mm. Starcraft II ja Warcraft III.<sup>(2)</sup>

## *Areenapelit*

Areenapeleissä on yleensä kaksi vastakkaista joukkuetta, jotka kilpailevat keskenään pelin voitosta. Joukkueiden tavoitteena on tuhota toisen joukkueen tukikohta ja samalla puolustaa omaansa vihollisilta. Jokaisella pelaajalla on oma pelihahmonsa, joilla on eri kykyjä ja nämä kyvyt paranevat



pelin edetessä. Areenapeleihin lukeutuvat mm. League of Legends, Dota 2 ja Heroes of Newerth<sup>(2)</sup>

### *Taistelupelit*

Taistelupeleissä valitaan hahmo, jolla taistellaan toista hahmoa vastaan. Nämä hahmot ovat erilaisia kyvyiltään ja voittaakseen pelaajan pitää osata eri näppäinyhdistelmiä. Näillä näppäinyhdistelmillä luodaan liikkeitä. Taistelupeleihin lukeutuvat mm. Tekken - ja Soul Calibur - sarjat<sup>(2)</sup>

### *Urheilupelit*

Urheilupelit ovat pelejä, mitkä perustuvat olemassa oleviin urheilulajeihin. Pelissä pelaaja ohjaa joukkueen eri pelaajia ja pyrkii tekemään pisteitä joukkueelleen, onpa ne sitten koreja, maaleja tai pisteitä. Urheilupeleihin lukeutuvat NHL – ja FIFA - pelisarjat<sup>(2)</sup>

### *Ajopelit*

Ajopeleissä pelaaja valitsee auton, jolla ajetaan pelikenttää. Tavoitteena on voittaa muut kilpailijat tai ajaa ennalta määrättyä aikaa vastaan. Ajopelejä voi pelata ohjaimella tai ajopelisisimulaattoreissa ratilla ja polkimilla. Tällä tavalla peliin saadaan enemmän aitouden tuntua. Ajopelejä ovat mm. Need For Speed - ja Gran Turismo - pelisarjat<sup>(3)</sup>



### *Rytmi – ja tanssipelit*

Rytmi – ja tanssipeleissä pelaaja liikuttaa joko omaa kehoaan tai näppäilee ohjainta pelin ohjeiden mukaan. Tarkoituksena on osua merkkeihin jotka vastaavat tiettyä nappia ohjaimessa tai tanssimatossa ja tällä tavoin kerryttää pisteitä. Hyvänä esimerkkinä rytmi – ja tanssipeleistä ovat In The Groove ja Guitar Hero.<sup>(3)</sup>

### *Roolipelit*

Roolipelissä pelaaja valitsee pelin alussa itselleen hahmon ja hahmoluokan. Jokaisella hahmoluokalla on omat erikoiskykynsä ja taitonsa. Pelin edetessä hahmo kehittyy jolloin pelaaja voi kehittää sen taitoja. Roolipeleissä keskitytään hyvin usein pelin tarinaan johon pelihahmo liittyy oleellisesti. Hyviä esimerkkejä roolipeleistä ovat World of Warcraft ja Runes of Magic<sup>(4)</sup>

### *Puzzlet*

Puzzle ovat ongelmanratkaisupelejä. Näissä peleissä pelaajalle annetaan jokin tietty tehtävä, joka pitää ratkaista. Yleensä yhden pelin sisällä on useampi samantapainen ratkaisutehtävä ja pelaajan läpäistessä tasoja, tasot vaikeutuvat. Hyviä esimerkkejä ovat Tetris ja Bomberman<sup>(5)</sup>

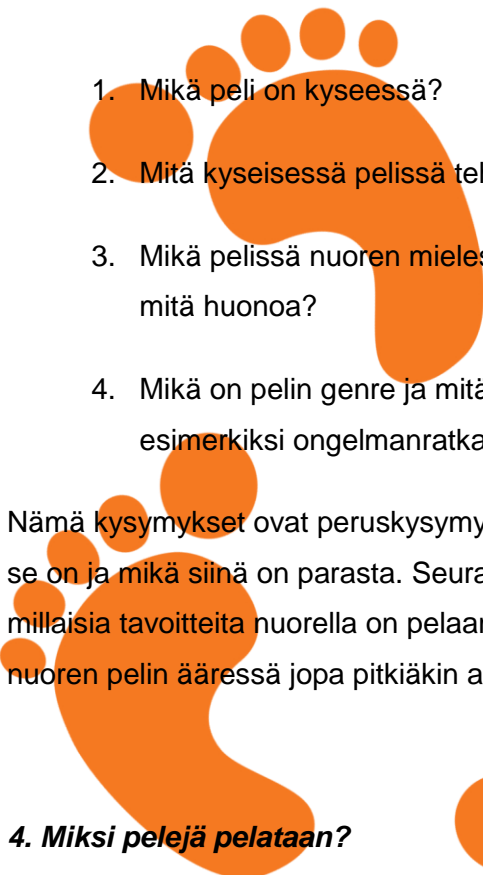


*MMO (Massive multiplayer online – game)*

MMO – pelit voivat olla tyyliltään mikä vain yllä olevista. Niiden erikoisuutena on se, että Internetin välityksellä pelaamiseen liittyy mukaan suuri määrä muita pelaajia. Pelaajamäärä voi olla sadoista jopa tuhansiin pelistä riippuen. Tämä mahdollistaa kilpailun ja yhteistyön muiden pelaajien kesken.<sup>(6)</sup>

Peligenreistä on hyvä keskustella, jos haluaa itse tietoa millaista peliä nuori pelaa ja mitä se sisältää. Aloitettaessa keskustelua nuoren kanssa, kannattaa osoittaa nuorelle, että kiinnostuksesi ei koske peliongelmaa tai pelin rajaamista vaan nuori itse. Pelaavaa nuorta kiinnostaa pelaaminen ja onkin hyvä lähteä kartoittamaan miksi se kiinnostaa. Osoita nuorelle, että olet aidosti kiinnostunut pelistä ja siitä miksi se nuorta kiinnostaa. Pelaajat ovat kokemuksien mukaan avoimia kysymyksille ja selittävät mieluusti mitä pelissä tapahtuu niin pelikaverille kuin aikuisellekin. On kuitenkin tärkeä huomioida kysellessä, että jokainen tapaus on tapauskohtainen. Kaikilta nuorilta ei voi kysyä samoja kysymyksiä eikä kaikista peleistä voi antaa samoja vastauksia. Keskustelurunkoa kannattaa käyttää vapaasti ja valikoida tilanteeseen sopivia kysymyksiä.

Seuraavana on muutama kysymys, joita voi nuorelta kysyä kartoittaakseen minkälaista peliä nuori pelaa:

- 
1. Mikä peli on kyseessä?
  2. Mitä kyseisessä pelissä tehdään ja miksi?
  3. Mikä pelissä nuoren mielestä on parasta, entäpä mitä huonoa?
  4. Mikä on pelin genre ja mitä se sisältää? Onko esimerkiksi ongelmanratkaisutehtäviä?

Nämä kysymykset ovat peruskysymyksiä itse pelistä, millainen se on ja mikä siinä on parasta. Seuraavaksi selvitetään millaisia tavoitteita nuorella on pelaamista ajatellen, mikä pitää nuoren pelin ääressä jopa pitkiäkin aikoja.

#### **4. Miksi pelejä pelataan?**

Pelaamisessa voi olla eri tavoitteet ja motiiveja, jotka voivat vaihdella mm. pelin ja peliin kulutetun ajan mukaan.

Esimerkiksi MMO-pelit voivat vaatia jopa pitkäaikaisia tavoitteita, kuten pelihahmon pitkäjänteistä kehittämistä tai varusteiden keräämistä ja parantamista. Seuraavaksi on listattu kolme eri pelaajatyyppiä, sosiaalinen, satunnainen ja sitoutunut pelaaja ja näiden pelaajien mentaliteeteista. Näihin kategorioihin voi asettaa suurimman osan pelaajista.



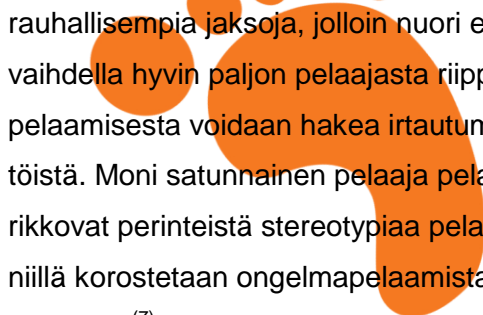
### *Sosiaalinen pelaaminen*

Sosiaalinen pelaaja viettää aikaa yhdessä kavereiden kanssa pelaamisen ohessa. Pelit ovat yleensä helposti saataville, helppo oppia ja helppoja käyttää. Sosiaalinen pelaaminen ajoittuu tilanteisiin, jolloin siihen on aikaa ja jos jotain tärkeämpää tulee, niin pelaaminen jää taka-alalle. Yleensä pelaamiseen keskitytään hetkellisesti ja muuten tehdä muita asioita yhdessä. Tällaisen pelaamisen luonne ei ole säännöllistä vaan voi olla hyvinkin epäsäännöllistä. Pelisessioiden pituudet riippuvat hyvin pitkälti pelitilanteesta, pelistä itsestään ja elämäntilanteesta.<sup>(7)</sup>

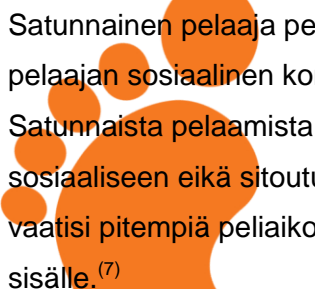
Sosiaalisella pelaajalla voi olla myös muita tavoitteita pelaamista ajatellen. Esimerkiksi MMO-peleissä pelaaja voi kuulua klaaniin, joihin kuuluu muitakin pelaajia. Tätä kautta pelaaja voi tavoitella mainetta ja mammonaa pelissä mutta samalla toimia sosiaalisella tavalla.<sup>(7)</sup>

### *Satunnainen pelaaminen*

Hyvin monen nuoren kohdella pelaaminen on satunnaista. Tämä tarkoittaa sitä, että pelisessiot eivät ole jokapäiväisiä eivätkö välttämättä edes viikoittaisia vaan satunnaisia. Välillä pelaajalla voi olla intensiivisempiä jaksoja ja välillä

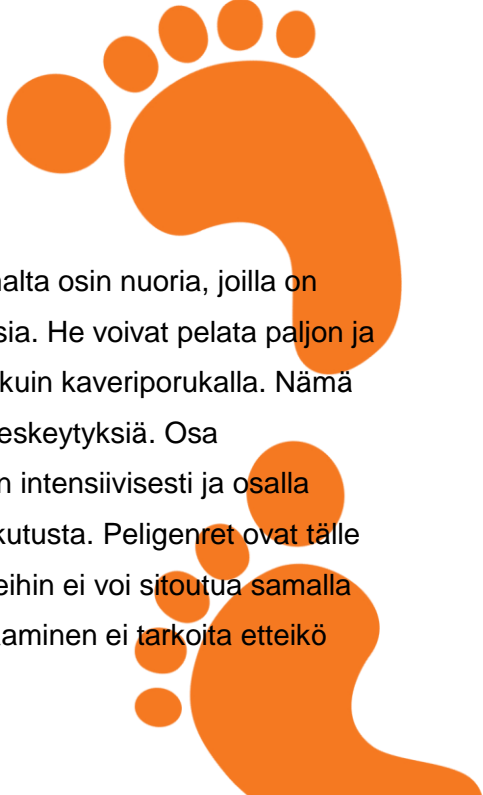


rauhallisempia jaksoja, jolloin nuori ei pelaa paljoa. Tämä voi vaihdella hyvin paljon pelaajasta riippuen. Satunnaisesta pelaamisesta voidaan hakea irtautumista koulupaineista tai töistä. Moni satunnainen pelaaja pelaa tappaakseen aikaa. He rikkovat perinteistä stereotypiaa pelaamisesta, sillä yleensä niillä korostetaan ongelmapelaamista, passivoitumista ja lihomista.<sup>(7)</sup>

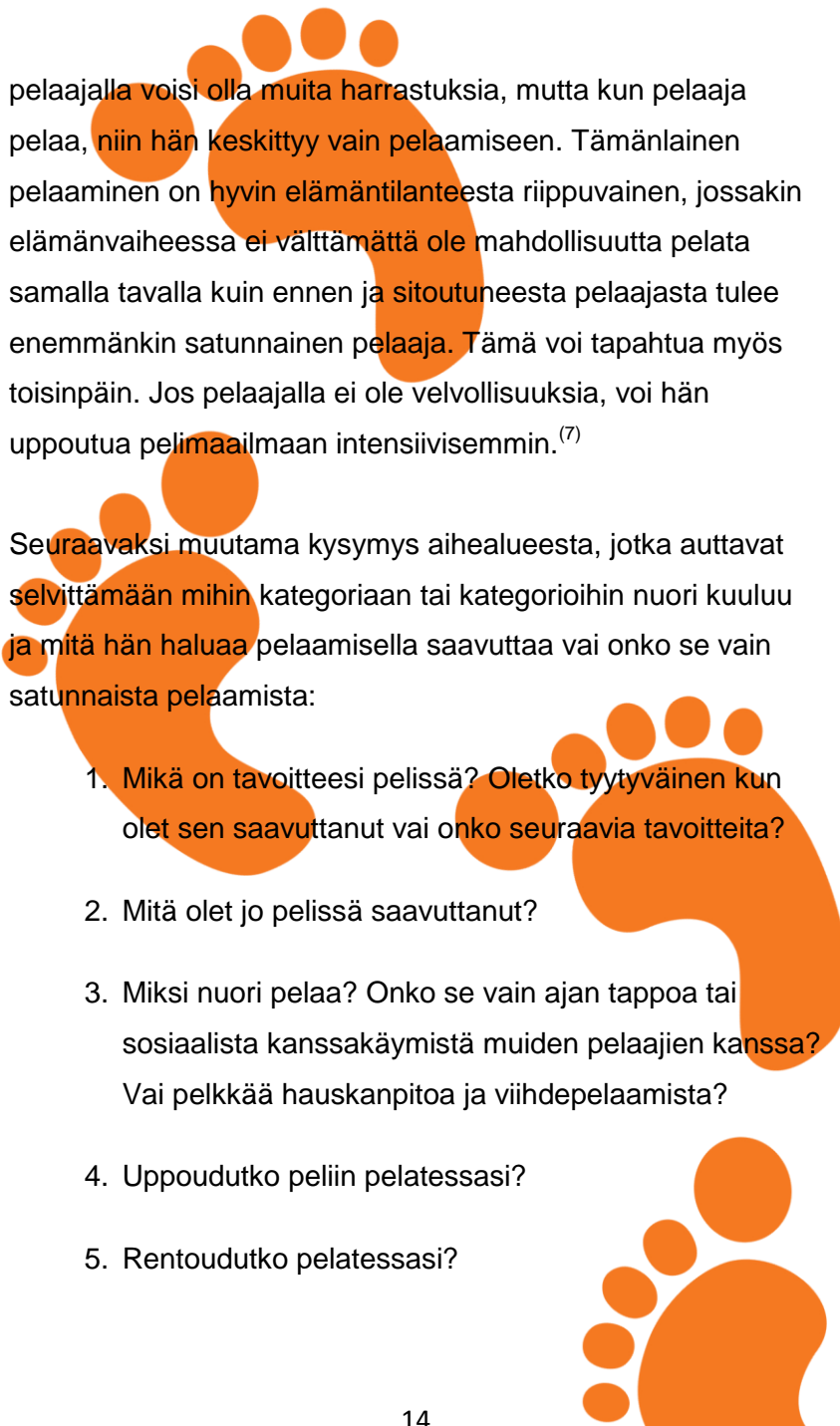


Satunnainen pelaaja pelaa useimmiten yksin ja satunnaisen pelaajan sosiaalinen kontakti jääkin vähäiseksi pelien kautta. Satunnaista pelaamista ei oikeastaan voikaan liittää sosiaaliseen eikä sitoutuneeseen pelaamiseen. Sitoutuminen vaatisi pitempiä peliaikoja jolloin peliin pääsee paremmin sisälle.<sup>(7)</sup>

### *Sitoutunut pelaaminen*




Sitoutuneet pelaajat ovat suurimmalta osin nuoria, joilla on paljon aikaa ja vähän velvollisuuksia. He voivat pelata paljon ja pitkiäkin aikoja kerralla, niin yksin kuin kaveriporukalla. Nämä pelisessiot pelataan usein ilman keskeytyksiä. Osa sitoutuneista pelaajista pelaa hyvin intensiivisesti ja osalla siihen liittyy ulkopuolista vuorovaikutusta. Peligenret ovat tälle ryhmälle tärkeitä, sillä kaikkiin peleihin ei voi sitoutua samalla tavalla kuin toisiin. Sitoutunut pelaaminen ei tarkoita etteikö



pelaajalla voisi olla muita harrastuksia, mutta kun pelaaja pelaa, niin hän keskittyy vain pelaamiseen. Tämänlainen pelaaminen on hyvin elämäntilanteesta riippuvainen, jossakin elämänvaiheessa ei välttämättä ole mahdollisuutta pelata samalla tavalla kuin ennen ja sitoutuneesta pelaajasta tulee enemmänkin satunnainen pelaaja. Tämä voi tapahtua myös toisinpäin. Jos pelaajalla ei ole velvollisuuksia, voi hän uppoutua pelimaailmaan intensiivisemmin.<sup>(7)</sup>

Seuraavaksi muutama kysymys aihealueesta, jotka auttavat selvittämään mihin kategoriaan tai kategorioihin nuori kuuluu ja mitä hän haluaa pelaamisella saavuttaa vai onko se vain satunnaista pelaamista:

1. Mikä on tavoitteesi pelissä? Oletko tyytyväinen kun olet sen saavuttanut vai onko seuraavia tavoitteita?
2. Mitä olet jo pelissä saavuttanut?
3. Miksi nuori pelaa? Onko se vain ajan tappoa tai sosiaalista kanssakäymistä muiden pelaajien kanssa? Vai pelkkää hauskanpitoa ja viihdepelaamista?
4. Uppoudutko peliin pelatessasi?
5. Rentoudutko pelatessasi?


- 
6. Miksi peli houkuttaa pelaamaan? Onko siihen mahdollista jäädä koukuun?
  7. Onko peli yksinpeli vai moninpeli?
  8. Mitä peli sinulta vaatii? Kuinka usein pelin ääreen on palattava?

Näillä kysymyksillä saa parempaa selkoa siitä, mikä pelissä nuorta kiinnostaa ja mitä hän tavoittelee pelatessaan. Tätä kautta keskustelua voi ohjata eteenpäin kun on enemmän ymmärrystä nuoren tavoitteista.

### **5. Pelien sosiaalinen puoli**

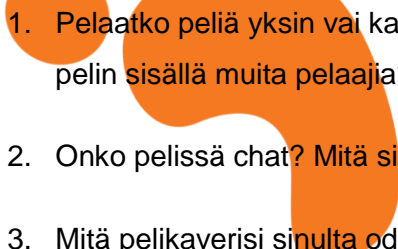

Nuoren pelaamisesta on hyvä ymmärtää se, että pelaaminen on hyvin usein sosiaalista toimintaa. Etenkin MMO- peleissä pelaajan täytyy tulla toimeen muiden pelaajien kanssa ja tämä hoidetaan usein pelin sisäisen chatin tai erilaisten sovellusten kuten Skypen kautta. Tämä vaatii pelaajalta sopeutumista peliyhteisöön ja voi samalla lisätä sosiaalisia taitoja.

Monet pelit mahdollistavat eri roolien ottamisen ja tällä tavalla pelaaja voi kokeilla eri identiteettejä. Tämä voi toimia oman identiteetin etsimisen työkaluna. Kaiken tämän lisäksi jokaisesta pelistä voi saada onnistumisen kokemuksia. Pelaaja




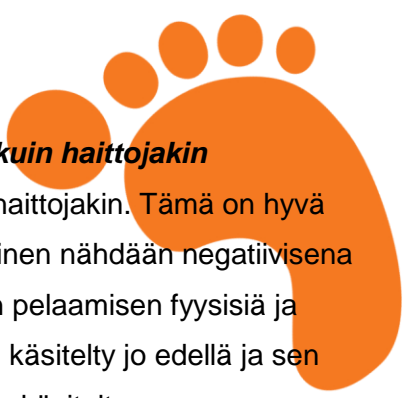
voi itse asettaa itselleen oman tavoitteen tai pelissä voi olla jo valmiiksi tiettyjä tavoitteita mitä pitää suorittaa. Näiden onnistumisen tunteiden kautta myös itsetunto voi vahvistua.<sup>(8)</sup> Kun pelaaminen on runsasta, alkaa se tuoda erilaisia ongelmia pintaan. Osa pelaajista voi alkaa eristäytyä oikeasta maailmasta ja alkaa elää elämäänsä mieluummin peleissä.. Sosiaaliset suhteet ja kanssakäymiset voivat vähentyä ja kaventua liikapelaamisen kautta. Perhesuhteet voivat huonontua riitojen kautta joiden aiheena on pelaaminen. Näiden ongelmien ennaltaehkäisyssä nuorten ja lasten tapauksessa suuren osan näyttelevät vanhemmat. Nämä haitat mielessä pitäen, on tärkeää, että vanhempi ei anna nuoren pelata runsaasti ja siksi pelaamista onkin hyvä rajoittaa, ellei loppumisen merkkejä näy. Jos pelaavalla nuorella on entuudestaan joitain mielenterveyden ongelmia, niin peliongelma voi kehittyä helpommin kuin normaalisti.<sup>(8)</sup>

Sosiaalisuutta on hyvä selvittää, sillä nuori on useasti yhteydessä muihin pelaajiin koko ajan, vaikka se usein aikuiselle näyttäytyykin pelkkänä tietokoneruudun tuijottamisena. Seuraavaksi muutama kysymys koskien pelattavan pelin sosiaalista puolta. Tätä on hyvä selvittää sen takia, että ymmärtää paremmin onko pelaava nuori oikeasti pelatessaan yksin vai pelaako hän muiden pelaajien tai kavereiden kanssa.

- 
- 
1. Pelaatko peliä yksin vai kavereiden kanssa? Onko pelin sisällä muita pelaajia?
  2. Onko pelissä chat? Mitä siellä keskustellaan?
  3. Mitä pelikaverisi sinulta odottavat? Vaatiiko tämä jonkinlaista ajankäyttöä?
  4. Minkälaisia rooleja pelissäsi on? Millä tavalla ne poikkeavat toisistaan?
  5. Onko sinulla jokin rooli pelikavereiden keskuudessa?

#### ***6. Pelaamisella on niin hyötyjä kuin haittojakin***

Pelaamisella on niin hyötyjä kuin haittojakin. Tämä on hyvä pitää mielessä, sillä usein pelaaminen nähdään negatiivisena toimintana. Seuraavaksi esitellään pelaamisen fyysisiä ja psyykkisiä puolia. Sosiaalisuus on käsitelty jo edellä ja sen takia sitä ei ole enää tässä osiossa käsitelty

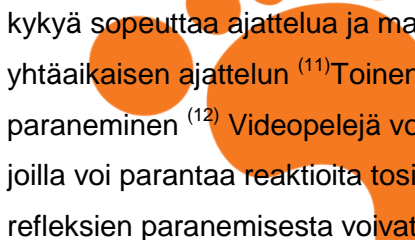


### *Fyysiset hyödyt ja haitat*

Yleisimpiä fyysisiä haittoja ovat silmien väsyminen, ranne-, kyynärpää-, selkä- ja niskaoireet. <sup>(9)</sup> Näistä haitoista on hyvä huomioida se, että ne ilmenevät siinä tapauksessa jos pelaaminen jatkuu pitkään tauotta. Helpoin ratkaisu näiden haittojen ratkaisuun onkin pelaamisen tauottaminen. Yleinen sääntö pelaamiseen on 45 minuuttia pelaamista ja 15 minuutin tauko. Myös hyvä tuoli, oikeanlainen hiiri ja hiirimatto ehkäisevät tehokkaasti näitä haittoja.

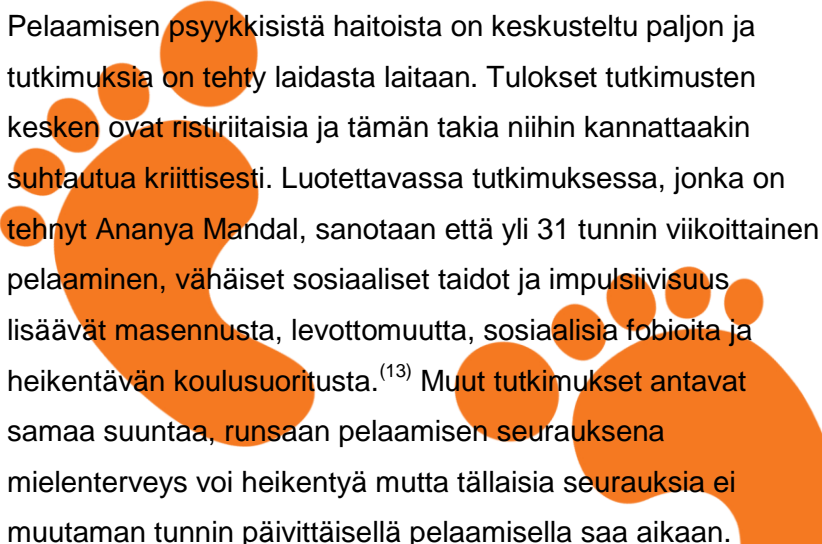
Ylipainosta ja pelaamisen yhteydestä on tehty monia tutkimuksia ja useimmat näistä sanovatkin, että niillä on yhteys: pelaajat syövät enemmän ruokaillessaan ja tämän vuoksi lihovat. <sup>(10)</sup> Tutkimuksessa yhden tunnin pelaamisen jälkeen oli tarjoiltu ruoka, jolloin pelaavat nuoret söivät enemmän kuin pelaamattomat. Tämän jatkuessa pitkään, pelaajalla voi olla riski sairastua liikalihavuuteen. Yhden tunnin peliaika on kuitenkin vähäinen ja tämän jälkeen kerkeää varmasti vielä kuluttaa ruuasta saadut kalorit.

Pelaamisen hyödyt eivät ole nähtävissä fyysisessä kunnossa. Poikkeuksena kuitenkin mainittakoon liikunnalliset pelit, kuten tanssipelit. Pelaamisella on kuitenkin muita hyötyjä, jotka vaikuttavat fyysisesti. Pelaaminen lisää tiettyjä ajattelun alueita, yksi näistä on kognitiivinen joustavuus, mikä tarkoittaa



kykyä sopeuttaa ajattelua ja mahdollistaa monen asian yhtäaikaista ajattelua.<sup>(11)</sup> Toinen hyvä hyöty on refleksien paraneminen.<sup>(12)</sup> Videopelejä voi käyttää harjoitusvälineenä, joilla voi parantaa reaktioita tosielämän tilanteisiin. Tällaisesta refleksien paranemisesta voivat hyötyä esimerkiksi lääkärit.

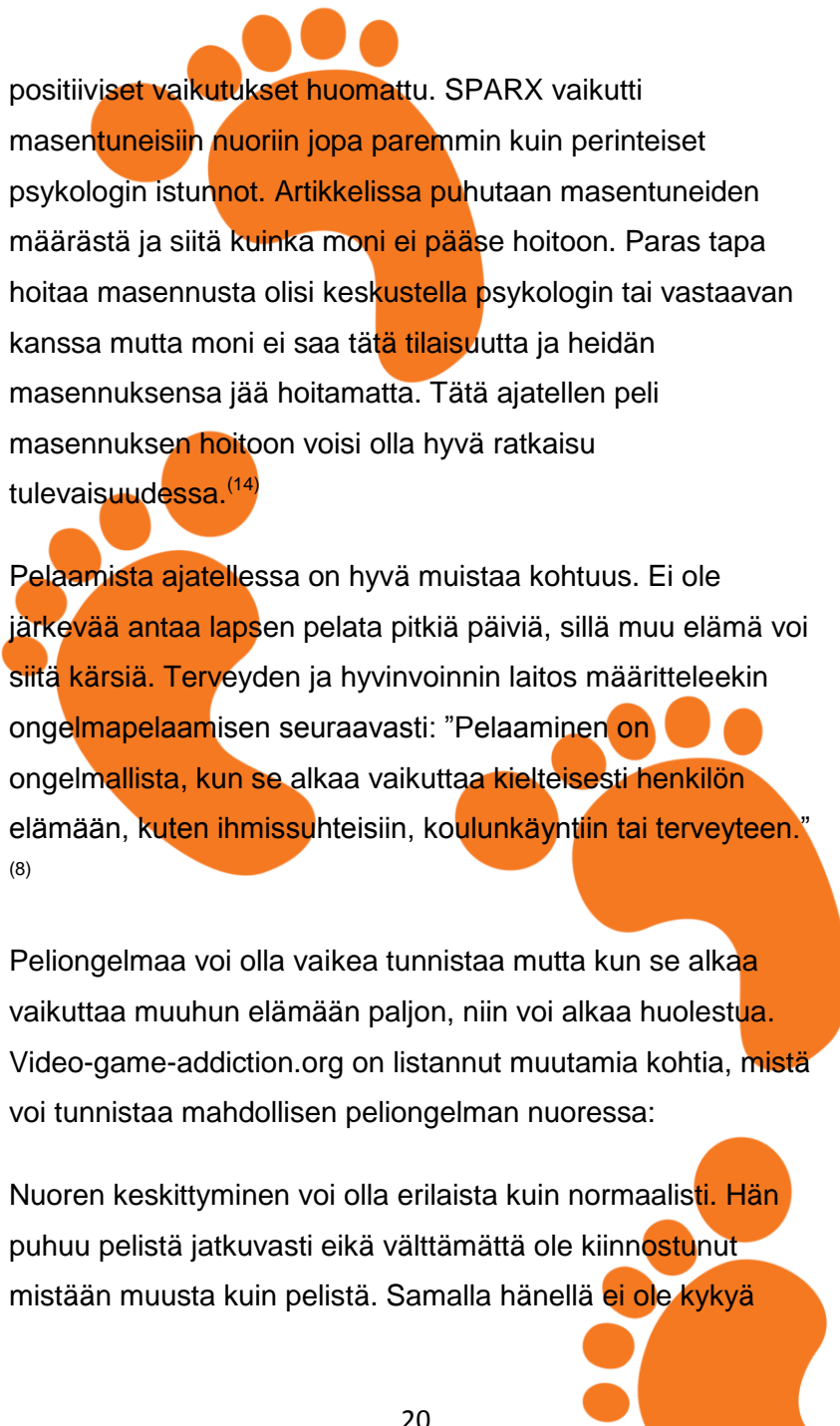
### *Psyykkiset hyödyt ja haitat*



Pelaamisen psyykkisistä haitoista on keskusteltu paljon ja tutkimuksia on tehty laidasta laitaan. Tulokset tutkimusten kesken ovat ristiriitaisia ja tämän takia niihin kannattaakin suhtautua kriittisesti. Luotettavassa tutkimuksessa, jonka on tehnyt Ananya Mandal, sanotaan että yli 31 tunnin viikoittainen pelaaminen, vähäiset sosiaaliset taidot ja impulsiivisuus lisäävät masennusta, levottomuutta, sosiaalisia fobioita ja heikentävän koulusuoritusta.<sup>(13)</sup> Muut tutkimukset antavat samaa suuntaa, runsaan pelaamisen seurauksena mielenterveys voi heikentyä mutta tällaisia seurauksia ei muutaman tunnin päivittäisellä pelaamisella saa aikaan.

Pelaamisesta voi olla myös hyötyä mielenterveydelle. Pelaaminen voi auttaa käsittelemään ongelmia joita pitää kohdata oikeassa elämässä ja samalla se voi parantaa masennusta. Absurdi ajatus mutta tätä varten on kehitetty peli ja sitä on tutkittu. SPARX on kehitetty palvelemaan juuri tätä tarkoitusta ja sen vaikutusta masennukseen on tutkittu ja



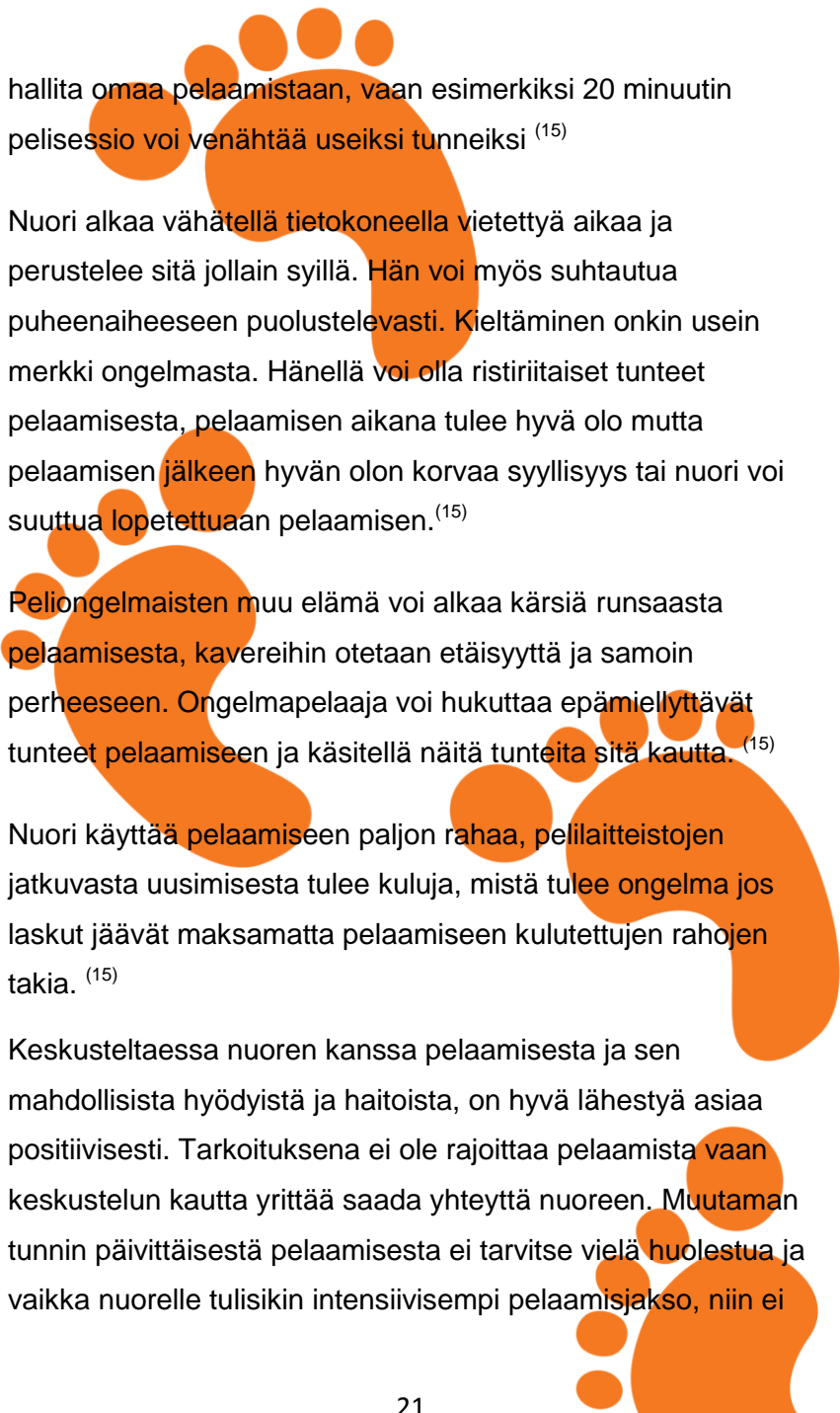


positiiviset vaikutukset huomattu. SPARX vaikutti masentuneisiin nuoriin jopa paremmin kuin perinteiset psykologin istunnot. Artikkelissa puhutaan masentuneiden määrästä ja siitä kuinka moni ei pääse hoitoon. Paras tapa hoitaa masennusta olisi keskustella psykologin tai vastaavan kanssa mutta moni ei saa tätä tilaisuutta ja heidän masennuksensa jää hoitamatta. Tätä ajatellen peli masennuksen hoitoon voisi olla hyvä ratkaisu tulevaisuudessa.<sup>(14)</sup>

Pelaamista ajatellessa on hyvä muistaa kohtuus. Ei ole järkevää antaa lapsen pelata pitkiä päiviä, sillä muu elämä voi siitä kärsiä. Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos määrittelee ongelmapelaamisen seuraavasti: ”Pelaaminen on ongelmallista, kun se alkaa vaikuttaa kielteisesti henkilön elämään, kuten ihmissuhteisiin, koulunkäyntiin tai terveyteen.”<sup>(8)</sup>

Peliongelmaa voi olla vaikea tunnistaa mutta kun se alkaa vaikuttaa muuhun elämään paljon, niin voi alkaa huolestua. Video-game-addiction.org on listannut muutamia kohtia, mistä voi tunnistaa mahdollisen peliongelman nuorella:

Nuoren keskittyminen voi olla erilaista kuin normaalisti. Hän puhuu pelistä jatkuvasti eikä välttämättä ole kiinnostunut mistään muusta kuin pelistä. Samalla hänellä ei ole kykyä



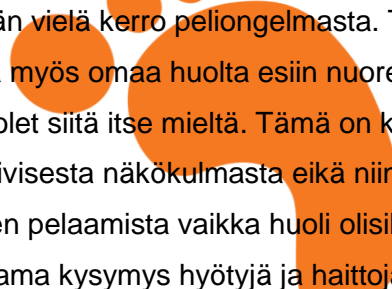
hallita omaa pelaamistaan, vaan esimerkiksi 20 minuutin pelisessio voi venähtää useiksi tunneiksi <sup>(15)</sup>

Nuori alkaa vähätellä tietokoneella vietettyä aikaa ja perustelee sitä jollain syillä. Hän voi myös suhtautua puheenaiheeseen puolustelevasti. Kieltäminen onkin usein merkki ongelmasta. Hänellä voi olla ristiriitaiset tunteet pelaamisesta, pelaamisen aikana tulee hyvä olo mutta pelaamisen jälkeen hyvän olon korvaa syyllisyys tai nuori voi suuttua lopetettuaan pelaamisen. <sup>(15)</sup>

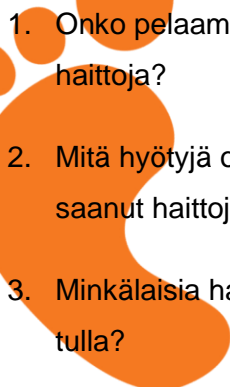

Peliongelmaisten muu elämä voi alkaa kärsiä runsaasta pelaamisesta, kavereihin otetaan etäisyyttä ja samoin perheeseen. Ongelmapelaaja voi hukuttaa epämiellyttävät tunteet pelaamiseen ja käsitellä näitä tunteita sitä kautta. <sup>(15)</sup>

Nuori käyttää pelaamiseen paljon rahaa, pelilaitteistojen jatkuvasta uusimisesta tulee kuluja, mistä tulee ongelma jos laskut jäävät maksamatta pelaamiseen kulutettujen rahojen takia. <sup>(15)</sup>

Keskusteltaessa nuoren kanssa pelaamisesta ja sen mahdollisista hyödyistä ja haitoista, on hyvä lähestyä asiaa positiivisesti. Tarkoituksena ei ole rajoittaa pelaamista vaan keskustelun kautta yrittää saada yhteyttä nuoreen. Muutaman tunnin päivittäisestä pelaamisesta ei tarvitse vielä huolestua ja vaikka nuorelle tulisivikin intensiivisempi pelaamisjakso, niin ei



sekään vielä kerro peliongelma. Tätä osiota ajatellen voi tuoda myös omaa huolta esiin nuoren pelaamisesta ja kertoa mitä olet siitä itse mieltä. Tämä on kuitenkin hyvä tehdä positiivisesta näkökulmasta eikä niin, että haluaa heti rajoittaa nuoren pelaamista vaikka huoli olisikin noussut. Tässä muutama kysymys hyötyjä ja haittoja koskien.

- 
- 
1. Onko pelaamisessa mielestäsi hyötyjä? Entäpä haittoja?
  2. Mitä hyötyjä olet itse saanut pelaamisesta? Oletko saanut haittoja?
  3. Minkälaisia haittoja pelaamisesta voi mielestäsi tulla?
  4. Kuinka paljon voi pelata ennen kuin nämä haitat tulevat esiin?
  5. Käytätkö rahaa pelaamiseen? Jos, niin kuinka paljon?

## 7. Pelien ikärajat ja rajoittaminen

Jokaisessa pelissä on suositusikäraja, aivan niin kuin elokuvissakin. Suomessa ja Euroopassa yleisesti pelit on luokiteltu Pan European Game Information (PEGI) järjestelmän mukaisesti. Ikärajat eivät kerro pelin vaikeusasteesta vaan pelin sisällön sopivuudesta tietylle ikäryhmälle. Esimerkiksi K-3 pelissäkin voi esiintyä väkivaltaa piirroshahmojen toisilleen tekemissä tempuissa. <sup>(16)</sup> PEGI:n määrittelemät ikärajat ovat seuraavat:



(7)

PEGI:llä on myös symboliluokittelut, mitkä kertovat paremmin itse pelien sisällöstä. Näitä näkee käytettävän myös televisiossa. Symbolien kautta on helppo seurata mitä sisältöjä nuoren peli sisältää:



Väkivalta



Kiroilu



Kauhu



Seksi



Huumeet



Syrjintä



Ulkapelit



Online

(7)

<http://www.pegi.info/fi/> sivulta löytyy myös pelihaku, jonka avulla voi hakea peliä pelin nimellä ja haku kertoo minkä ikärajan peli se on ja mitä se sisältää. Näitä ikärajoja ja sisältösymboleja kannattaa seurata, sillä esimerkiksi 13-vuotiaalle nuorelle K-18 peli voi sisältää haitallisia sisältöjä, jotka voivat vaikuttaa nuoren koko elämään.

Myös pelaamisessa kuin kaikessa muussakin kannattaa muistaa kohtuus. Ei ole järkevää antaa nuoren pelata koko päivää, siinä kärsii varmasti niin nuori itse kuin läheisetkin. Pelaamisen rajoittaminen on niin vanhemman kuin ammattilaisenkin tehtävä. Usein pelaaminen voi nuorelle tai lapselle olla niin mieluisaa tekemistä, että sen parissa voi helposti mennä koko päiväkin. Tässä tilanteessa kannattaa käyttää omaa maalaisjärkeä ja pohtia, mikä tuntimäärä on sopiva minkä ikäiselle lapselle tai nuorelle. Ongelmallista pelaamista ei ole koskaan määritelty tuntien kautta mutta tuntien lisääntyessä ongelmallisuuden mahdollisuus kasvaa. Tämä mahdollinen rajoittaminen kannattaa tehdä nuoren kanssa yhteistyössä, tällä tavalla saadaan parempia tuloksia ja



rajat pitävät paremmin kun nuori itse on saanut osallistua niiden tekemiseen.

Keskusteltaessa nuoren kanssa rajoista kannattaa ottaa nuoren mielipiteet huomioon. Kaikista edellisistä osioista on tässä kohtaa hyötyä, sillä ymmärrystä on hyvä olla itse pelaamisesta. Esimerkiksi siitä, paljonko nuori mielestään tarvitsee pelaikaa ja missä ajassa hän kerkeää tehdä haluamansa tehtävät pelissä. Joidenkin pelien kohdalla on myös hyvä muistaa että niitä ei kesken pelaamisen saa ”pauselle” eli pysäytettyä. Tämä voi hankaloittaa ruokailuhetkiä ja jos peli on tämäntyylinen, kannattaa nuorelle kertoa esimerkiksi ruokailuajan lähestyessä, että nuori alkaa pikkuhiljaa lopettamaan pelaamista, sillä ruokaa on kohta pöydässä. Tässä muutama kysymys, joita voi nuorelle esittää.

1. Paljonko pelaat pelejä päivässä? Onko se mielestäsi sopivasti?
2. Onko pelisi kielletty täysi-ikäisiltä?
3. Minkälaisia sisältöjä pelissäsi on? (ks. s. 21)
4. Oletko pelannut K-18 pelejä? Mitä olet mieltä niistä?
5. Mitä ajattelet aikarajoista pelaamiseen?

## **8. Loppusanat**

Joillakin aikuisilla ja vanhemmilla on käsitys, että rahapelaaminen ja digipelaaminen ovat vahvasti liitoksissa toisiinsa. Tästä ei ole kuitenkaan minkäänlaista tutkimustietoa ja onkin hyvä pitää mielessä, että pelaamiseen harvoin tarvitaan jatkuvasti rahaa. Rahankäyttö tapahtuu peliä ja mahdollista konsolia ostettaessa mutta yleensä rajoittuu niihin. Rahapelaamisessa taas käytetään jatkuvasti rahaa ja yhtenä syynä on voiton jatkuva tavoittelu. Tällaista yhtäsuuruus merkkiä ei voi vetää rahapelaamiseen ja digipelaamisen väliin.

Lopuksi on hyvä vielä muistuttaa, että pelaaminen ei todellakaan ole paha asia. Opas auttaa ymmärtämään pelaamista ilmiöinä hyvin tiivistetysti mutta parempaa tietoa saa kun keskusteleo oman nuoren kanssa. Tätä kautta saa tietoa juuri siitä, miksi hän pelaa ja mitä hän ajattelee pelaamisestaan. Vanhemman ja ammattilaisen tehtävä on kuitenkin asettaa nuorelle rajat elämässä ja niin on myös pelaamisen kanssa. Pelaamisesta hyvin harva saa haittoja mutta nämä haittojen riskit alkavat lisääntyä viikkopelituntien lisääntyessä. Tämä on hyvä neuvo niin vanhemmille kuin ammattilaisillekin. Harva vanhempi antaa nuoren olla koko päivää pihalla mutta pelaaminen on eri asia kun se tapahtuu yleensä kotona. Ei kannata antaa nuoren olla koko päivää tietokonemaailmassa, siitä voi tulla jonkinlaisia haittoja. Tällainen rajanveto, milloin tulee haittoja ja milloin ei, on hyvin



vaikeaa tässä aiheessa mutta uskon, että omaa maalaisjärkeä käyttämällä ymmärtää mikä on järkevää ja mikä ei.

Ilmiötä auttaa paremmin ymmärtämään se, että kokeilee itse pelaamista. Yleisesti pelaajat kertovatkin mielellään peleistään, näyttävät niitä ja pyytävät kokeilemaan joko yksin tai kaksinpelinä. Sitä kautta huomaa, miten viihdyttäviä jotkin pelit voivat olla. Ne ovat hyvä tapa siirtää ajatuksia muualle esimerkiksi töistä tai koulunkäynnistä ja pelitarinan jatkuessa houkuttelevat pelaamaan uudestaan ja uudestaan.





## 9. **Lähdeviitteet**

- (1) Pelituki 2014. Näkökulmia nuorten pelaamiseen:  
Pelituki-hankkeen tiedontuotannon raportti. 8-9
- (2) Pelitukihankkeen kotisivut <http://www.pelituki.fi> Viitattu 19.3.2014
- (3) Suomen elektronisen urheilun liitto 2014. Peligenret.  
Viitattu 7.4.2014. <http://www.seul.fi/esports/peligenret/>
- (4) Wikipedia 2014. Tietokoneroolipelit. Viitattu 7.4.2014  
<http://fi.wikipedia.org/wiki/Tietokoneroolipeli>
- (5) Wikipedia 2014. Puzzle video games. Viitattu 7.4.2014  
[http://en.wikipedia.org/wiki/Puzzle\\_video\\_game](http://en.wikipedia.org/wiki/Puzzle_video_game)
- (6) Wikipedia 2014. Massive Multiplayer Online Game.  
Viitattu 7.4.2014.  
[http://en.wikipedia.org/wiki/Massively\\_multiplayer\\_online\\_game](http://en.wikipedia.org/wiki/Massively_multiplayer_online_game)
- (7) Pelitutkimuksen vuosikirja 2009. Kallio, Kirsi Pauliina &  
Mäyrä, Frans & Kaipainen, Kirsikka. Pelikulttuurin  
monet kasvot. Digitaalisen pelaamisen arkiset  
käytännöt Suomessa, 7-11.
- (8) Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2011. Nuoret pelissä -  
Tietoa kasvattajille lasten ja nuorten digitaalisesta



pelaamisesta ja rahapelaamisesta. Tampere: Juvenes  
Print

- (9) Pelituki 2014. Näkökulmia nuorten pelaamiseen:  
Pelituki-hankkeen tiedontuotannon raportti. 17
- (10) Chaput, Jean-Philippe & Visby, Trine & Nyby, Signe &  
Klingenberg Lars & Gregersen Nikolaj & Tremblay  
Angelo & Astrup Arne & Sjodin Anders 2011. Video  
game playing increases food intake in adolescents: a  
randomized crossover study. The American Journal of  
Clinical nutrition (93) 6/2011, 1196-1203
- (11) Oei, Adam & Patterson, Michael 2013. Enhancing  
Cognition with Video Games: A Multiple Game Training  
Study. Viitattu 1.4.2014  
[http://www.plosone.org/article/info%3Adoi%2F10.1371  
%2Fjournal.pone.0058546](http://www.plosone.org/article/info%3Adoi%2F10.1371%2Fjournal.pone.0058546)
- (12) Green, Shawn & Pouget, Alexandre & Bavelier, Daphne  
2010. Improved Probabilistic Inference as a General  
Learning Mechanism with Action Video Games.  
Science Direct (20) 17/2010 1573–1579
- (13) Mandal, Ananya 2011. Excessive video gaming may  
lead to mental ill health problems for kids, experts  
warn. Viitattu 3.4.2014 <http://www.news->



medical.net/news/20110117/Excessive-video-gaming-  
may-lead-to-mental-ill-health-problems-for-kids-  
experts-warn.aspx

(14) Lien, Tracey 2012. 'SPARX': the game that  
treats depression. Viitattu 3.4.2014  
[http://www.polygon.com/gaming/2012/5/7/3004286/sp  
arx-depression](http://www.polygon.com/gaming/2012/5/7/3004286/sp-arx-depression)

(15) Symptoms of Video Game Addiction in Teens. Viitattu  
9.5.2014 [http://www.video-game-  
addiction.org/symptoms-computer-addiction-teens.html](http://www.video-game-addiction.org/symptoms-computer-addiction-teens.html)

(16) Pan European Game Information 2014. PEGI-  
luokitusjärjestelmät. Viitattu 5.5.2014  
<http://www.pegi.info/fi/index/id/201/>

## 9.1 Kuvien lähteet

(1) Jalankuva: pixabay.com

(2) – (5) wikipedia.org: Evan-Amos

(6) wikipedia.org: Tokyoship

(7) Pan European Game Information 2014. PEGI-  
luokitusjärjestelmät.  
<http://www.pegi.info/fi/index/id/201/>